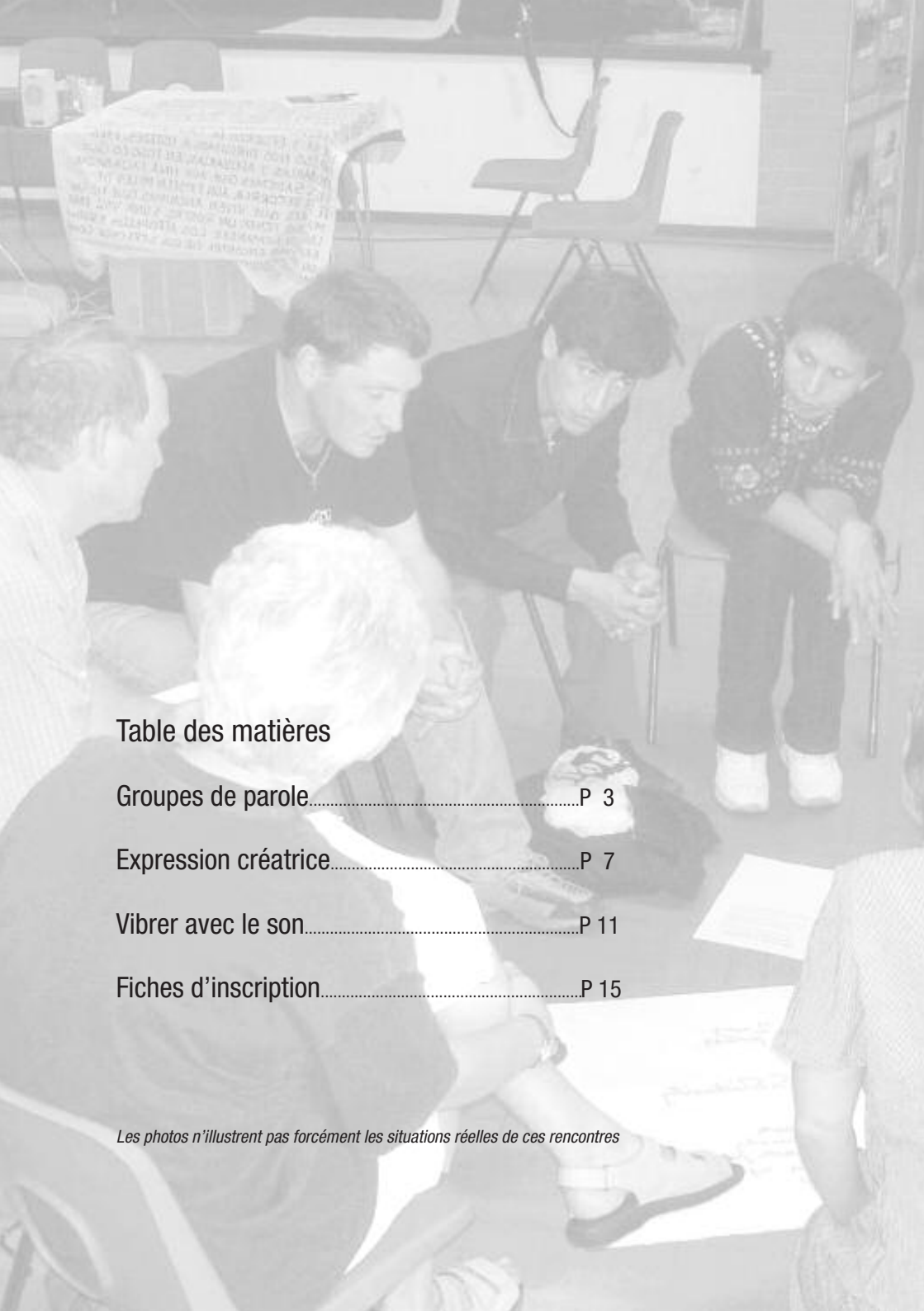


# Stratégies de **communication**



**Ensemble  
cultivons  
notre jardin.**



## Table des matières

Groupes de parole..... P 3

Expression créatrice..... P 7

Vibrer avec le son..... P 11

Fiches d'inscription..... P 15

*Les photos n'illustrent pas forcément les situations réelles de ces rencontres*



# Groupes de parole



**Etre compris,  
acceptés  
et reconnus**

## Groupes de parole

Depuis quelques années, des personnes se rencontrent une fois par mois pour partager leurs expériences autour de la perte auditive, mieux vivre leurs émotions et trouver de nouvelles stratégies d'adaptation.

### Enjeu

Mal entendre vous pose des problèmes et vous aimeriez :

- partager, échanger vos compétences
- exprimer vos envies, vos rêves, vos solutions
- trouver de nouvelles stratégies de communication
- améliorer votre quotidien

### Une solution humaine

Un groupe de parole est un lieu non-géographique animé par un **professionnel** de la relation d'aide qui permet aux participants d'échanger sur un mode **égalitaire**, sans risque de jugement, à propos d'une problématique qui les réunit.

C'est donc un espace d'écoute réciproque et d'encouragements mutuels. La liberté de s'exprimer et l'ouverture y sont préservées.



Un groupe de parole, c'est :

- l'occasion de rencontrer d'autres personnes vivant avec une surdité à des degrés divers
- un lieu d'écoute qui permet de découvrir et d'exprimer son ressenti, de vivre librement ses émotions, de les appréhender autrement et de les apprivoiser au quotidien
- être reconnu comme une personne avec un problème d'ouïe, et non comme malentendant d'abord,
- un espace de communication où l'on choisit d'écouter et de partager.

## Avantages

Chaque groupe de parole est unique en son genre.

Leurs grands avantages sont:

- **réduire l'isolement** et permettre à l'individu de devenir **l'auteur et l'acteur** de son changement intérieur
- favoriser une meilleure estime de soi.
- comprendre sa dynamique relationnelle et créer de nouveaux liens

## Notions-clefs

Discrétion, confidentialité, liberté de silence et de parole, non-jugement, non-violence, non-interférence, respect mutuel, humour...

## Informations pratiques et inscriptions

Voir à la fin de cette brochure (p.15).





# **expression créatrice**



**espace de création  
pour un groupe  
de personnes  
malentendantes**

**expression créatrice**

## Ateliers d'expression créatrice

**forum écoute** propose à des adultes malentendants un espace de création au moyen de différents procédés artistiques.

Le processus de création permet une expression de soi non-verbale, sous forme métaphorique ou symbolique. La création est un moyen de communication.

Les principales techniques proposées sont :

- peinture, dessin
- collages
- terre (modelage)
- land art (travail dans la nature)
- photo
- écriture
- une ouverture sur le corps et le geste est possible

Les divers procédés artistiques permettent d'enrichir l'expérience sensorielle, motrice et visuelle des participants qui sont amenés à exprimer leurs potentiels et à s'épanouir avec, ou malgré, la difficulté d'audition.

Aucune compétence artistique n'est requise. Mais attention : un investissement créatif peut être émotionnel !

Une formation très poussée, ainsi que leur expérience de vie, met les professionnels de ce style d'animation à même d'accompagner et de gérer les remontées émotionnelles qui pourraient être induites par le processus créatif.



## L'aventure individuelle

Parler (de soi) n'est pas toujours facile, « prendre » réellement la parole nécessite un certain cheminement, qui, pour certains, peut durer plusieurs mois. Ce travail créatif est propre à susciter l'expression et des possibilités de réaction de la part des autres, en vue d'un partage. L'évolution de l'écoute et de l'expression se fait de façon relativement parallèle.

## Principes

Les règles et principes sont les mêmes que pour les groupes de parole. Pour la personne malentendante, le but est identique. C'est la voie d'accès choisie qui change. Si on veut s'offrir cette aventure individuelle, le résultat sera une perception de soi et une qualité de vie améliorées.

Les ateliers se déroulent dans un esprit de liberté, de non-jugement et de confidentialité.

## Informations pratiques et inscriptions

Voir à la fin de cette brochure (p.15).





# vibrer avec le son



exploration sonore:

recevoir

émettre

## Atelier «vibrer avec le son»

Un atelier d'exploration sonore, c'est :

- découvrir le monde des sons par leurs vibrations
- expérimenter autrement les matériaux sonores (à travers des ballons de baudruche ou de gym, en contact avec un instrument de musique, etc.)
- développer une meilleure relation à sa propre voix
- retrouver le plaisir d'une écoute ou réception musicale
- permettre au corps d'être, sans fatigue, au service de la perception vibratoire
- laisser stimuler sa propre capacité à communiquer sur différents modes (verbal, musical, corporel, plastique...)
- oser retirer ses appareils pour recevoir le son par le corps

L'écoute peut redevenir un plaisir et une détente, et le son un allié !

### Les voix du corps

Le travail est orienté sur la réappropriation du monde des sons. L'atelier « vibrer avec le son » est différent en ce sens qu'il propose une approche plus **physique et corporelle** pour contourner la problématique auditive; en cela, il est complémentaire aux autres activités de « stratégies de communication ».

Cela demande une **prise de conscience** des habitudes individuelles d'écoute, de leurs empreintes dans tout l'être, et de la possibilité de leur **transformation**.



L'apprentissage se fait par :

- l'entraînement d'une réceptivité corporelle à différents matériaux sonores
- la stimulation de l'être dans sa totalité
- les jeux de l'alternance réceptivité / émissivité (seul ou en groupe)

### L'écoute active

L'écoute relationnelle harmonieuse dépend de l'équilibre subtil entre écouter / s'écouter / être écouté. La ré-écoute des sons qui nous ont imprégnés depuis que notre ouïe est en fonction dans le milieu intra-utérin (vibration, résonance, rythme, intonation, timbre) enrichira la sensibilité.

Les exercices, progressifs et ludiques, utilisent donc la **voix parlée et chantée**, ainsi que le corps en mouvement.

### Informations pratiques et inscriptions

Voir à la fin de cette brochure (p.15).

avenue des Jordils 5  
1006 Lausanne

tél. 021 614 60 50  
fax 021 614 60 51  
[www.ecoute.ch](http://www.ecoute.ch)



**forum  
écoute**

la fondation romande  
des malentendants

