

Charte du groupe de parole de l'AETOC

Objectifs du groupe de parole

- Être un lieu d'entraide, de solidarité, de partage et d'information pour les personnes souffrant de troubles obsessionnels compulsifs et leurs proches
- Échanger sur nos difficultés et nos ressources
- Se soutenir dans le processus de rétablissement, stimulé-e-s par les expériences des autres
- Permettre de créer des liens sociaux

Le rôle de l'animateur/animatrice

Chaque participant est responsable du bon fonctionnement du groupe et l'animateur/animatrice est là pour :

- Lire les règles du groupe ci-dessous en ouverture de séance
- Annoncer le début et la fin de la réunion
- Rester attentif/ve à l'ensemble de la Charte
- Faire circuler la parole de manière la plus équitable possible

Règles du groupe de parole

1. Le groupe de parole n'a pas de but thérapeutique. C'est un lieu dédié au partage et à l'information concernant le TOC.
2. La personne participe de manière libre et gratuite.
Lors des rencontres à distance, vous pouvez laisser votre caméra éteinte et garder le silence.
Lors des rencontres en présentiel, vous êtes invité-e-s à vous présenter au minimum avec un prénom.
3. Valoriser la confiance accordée et s'abstenir de juger.
4. Dans les échanges, exprimez-vous en utilisant « JE » pour évoquer vos propres expériences. Au sein du groupe, nous évitons de parler de ceux qui ne sont pas présents.
5. Écoutez activement et respectez la prise de parole. Évitez les discussions privées pendant la séance.
6. Rien n'est imposé au sein du groupe et chacun-e reste responsable de ses choix et de son chemin de rétablissement.