

**Synthèse Journée Social Lab du 4 Octobre 2021 Monceau Fontaine**

**Thème : Bien-ëtre et travail social**



**Le Bien être est lié à plusieurs facteurs**

* L’entourage familial/dès la naissance et tout au long de la construction de l’individu
* Les vécus d’expériences
* L’éducation familiale, scolaire, sociale
* La systémique familiale, relationnelle, professionnelle, sociale etc…
* L’étayage acquis ou construit ou inexistant pour certains (d’où les fractures et ruptures sociales)
* Et bien d’autres facteurs qui viennent conforter ou ébrécher notre Bien-être

Comment assurer son bien-être sachant que les expériences de vie peuvent venir « percuter notre fusée » par des météorites, des fragments d’obstacles…. Comment rebondir ? comment réparer notre fusée et poursuivre notre itinéraire ?

Autant de questions autour d’un « Bien être » dont les fondements sont soient acquis par des bases solides conférées par l’Amour la bienveillance l’étayage des parents ou substituts, les pairs résilients et que faire quand cet état es percuté par les évènements de la vie.

* **Autour de la nappe…..**

**Une réflexion autour des Ateliers Collectifs « Bien-Etre » autour d’ un « FAIRE ENSEMBLE », basé sur :**

* Estime de soi
* Confiance en Soi
* Acceptation de Soi
	+ Pour pouvoir Etre bien dans sa tête (en bonne santé), bien dans son logement, bien avec les autres, au travail, en société… Bien dans la dimension de l’Habitat / Vivre Ensemble en étant SOI
	+ Pour un accompagnement individuel volontaire : compétences psychosocial/développement personnel (pour accompagner la confiance en soi, le regard de soi sur soi, lever les fragilités… )
	+ Pour aller vers la Résilience, le Développement de ces capacités, l’histoire venant produire de la Compétence (accompagner les réussites minimes soient elles)
		- TS à sa juste place /acteur de résilience
		- Le Sens du Ludique dans le travail social
		- La Force du Rire et du Plaisir dans le travail social
		- La Pertinence du « faire bouger les lignes »
		- L’Audace de déconstruire ce qui est construit pour changer les donnes
* **Une Charte Commune pour Agir dans le même Sens et avec des méthodes diversifiées (pas d’uniformisation)**
* **Des Pistes** telles que les ateliers introduisant dans la dimension du TS, des interventions de divers horizons et disciplines pour une dynamique holistique :
* Gestion de conflit
* Gestion des émotions
* Gestion du budget
* Qu’est ce qui me fait bouger et qu’est qui me freine ?
* Sport tout azimut (divers choix)
	+ **Avec la possibilité de recours alternatifs et recours aux médecines douces**
* Socio esthétique (prenant compte la dimension physique et psychique de la personne)
* Sophrologie
* Acceptation de son corps/acceptation de soi
* Naturopathie
* Parole à l’honneur ou l’Honneur de la Parole  : Passer par le corps pour retrouver le Verbe : Récit de vie et revisiter son histoire (effet catharsis), Sortir du Silence de Soi pour Prendre la Parole et pouvoir Prendre Sa Place
* **Des choses qui existent déjà mais**….
* Etincelle … pour les problématiques psy comme relais face à la limite du TS
* CPAS avec le Fonds Infantile pour la sensibilisation sport par l’octroi d’une possibilité d’abonnement mais ? parfois parcours du combattant ! à la tête ! selon l’acteur en face !
* Universités Lille : Service psychologique et médical pour les étudiants (service gratuit), versant Belgique : 4 à 5 séances remboursées selon le budget /accompagnement
* **Des Questions qui subsistent ?**

Et la Santé mentale du TS face à un jeune, et autrui, en besoin/santé mentale ? : Binôme ? Supervision ?

QU’est ce qui me fait bouger ? et qu’est ce qui fait bouger les gens ?

Comment prendre Soin de Soi pour Répondre aux besoins d’autrui dans l’accompagnement social ?

Comment se protéger tout en restant dans « l’Humain », le fondement même du métier en TS ?

Avoir le moral au beau fixe pour un travail de Qualité ? Comment garantir cette qualité en continue ?

Plaisir et travail social comment faire ?

