

Rapport du groupe de parole

« Penser ma sortie »

Octobre 2023 – décembre 2023





Construction du projet

Objectif du projet à l'origine :

Créer un groupe de parole structuré de 10 détenus maximum. L'idée derrière cet espace était de parler de la sortie, des obstacles rencontrés, d'aborder les réalités de la réinsertion, d'un point de vue relationnel et émotionnel, et de s'interroger sur les stéréotypes et représentations liés à cette expérience. Le groupe de parole n'était pas pensé comme thérapeutique en tant que tel.

Emergence du projet :

Ce projet a été pensé et porté par un groupe de travail rassemblant plusieurs associations actives auprès des justiciables incarcérés. Ce groupe de travail a évolué au gré des aléas du secteur social : un projet s'est arrêté faute de subsides, un autre s'est désengagé faute de temps. Faire un groupe de travail a permis de favoriser le lien interservices, le partage d'expériences, la création d'espaces de travail et de réflexion communs, et de partager les efforts afin de ménager les travailleurs et les institutions.

Choix de la prison d'Ittre :

Choix du lieu s'est porté sur une seule prison par soucis de temps, pour le côté pratique et les communications. Mais le but était de penser un modèle exportable à plusieurs, voire à toutes, les prisons. La prison d'Ittre était centrale par rapport à l'action de toutes les associations réunies autour de la table. Elle est aussi plus intéressante pour le groupe imaginé (participants de plusieurs sections différentes), ce qui n'aurait pu être le cas d'Haren par exemple. Et la direction soutient le projet.

Choix du thème :

Le choix du thème a été fait en fonction de l'offre déjà présente dans la prison cible, de l'expertise des intervenants et les questionnements des détenus. Une fois le thème général défini, il a été orienté vers des questionnements précis qui ne faisaient pas l'objet d'activités proposées dans cette prison : on parle beaucoup de la sortie (comment on sort ? Qu'est-ce qu'on doit préparer sur le plan concret ? etc.), mais pas nécessairement des obstacles vécus à la sortie (gestions des émotions, se réadapter à un milieu etc.). C'est ces obstacles que nous avons décidé d'aborder.

Construction de l'équipe :

Après de nombreuses discussions, l'équipe intervenante finale s'est composée de trois intervenants d'institutions différentes. Fonctionner en trinôme permet de jongler entre les rôles (plus actif, prise de notes, observation, etc.), et d'avoir toujours au moins un binôme en cas de problèmes (maladie, problème de transport, urgence de dernière minute etc.). Ce trinôme était composé d'une psychologue et d'un assistant social de CAP-ITI, et d'une psychologue de l'Ambulatoire-Forest. Ces deux services mettent en place des suivis psychosociaux pour les justiciables souffrants d'assuétudes.

Outils :

Les intervenants aidés du groupe de travail ont rédigé huit fiches techniques pour les dix séances. Les fiches ont été envoyées à la direction de la prison d'Ittre pour information. L'idée était de faire en sorte que ces fiches ne soient ni trop précises, ni trop rigides pour garantir la liberté des animateurs et laisser de la place à la co-construction avec les participants. Elles ont été construites comme fil rouge, pour amener de la cohérence entre les séances. Elles ont été pensées pour être utilisables par des personnes n'ayant pas participé au groupe de travail.



Thèmes des fiches :

1. La rencontre : première séance, création du cadre et de la dynamique du groupe
2. L'enfermement : choc carcéral, adaptation à la prison, gestion des liens
3. Les premières sorties : s'y préparer, les enjeux, la communication avec la justice, les attentes de la famille, les limites, les changements etc.
4. Le plan de reclassement : équilibre entre le projet personnel et les demandes de la justice, les obstacles, occupationnel, continuité des soins etc.
5. Jeux de rôles/mises en situation sur les exemples des séances précédentes
Ou séance de réserve
6. Intervenants : séance plus concrète avec un intervenant extérieur
7. La libération : naviguer entre les injonctions, gestions des temporalités différentes, réadaptation au monde extérieur etc.
8. Clôture : temps d'évaluation en groupe et feedback

Une boîte à outil a été pensée, leur utilisation était libre, en fonction du contexte et de la pertinence dans la discussion. Elle contenait des outils différents :

- Objets flottants : photo langage (ex : dixit), post-it, sculptures, dessins, etc.
- Jeux de rôles
- Supports matériels : passages de livres, de chansons, brochures des démarches, extraits de films, etc.
- Exercices de respirations et moments de silences

Les seuls outils qui ont été liés aux séances sont la météo du jour et la ligne du temps.

Intégration des participants dans le groupe :

L'idée était de sélectionner les participants sur la base d'entretiens individuels menés par un binôme d'intervenants. Volonté d'un groupe mixtes, sans porter d'intérêts aux faits, la décision de refuser la participation d'un détenu parce qu'il fallait le séparer des autres a été laissé à la prison.

Quelques critères ont tout de même été pensés :

- On parle de réinsertion, il serait violent de faire participer une personne sans papier qui n'a pas d'espoirs de régularisation à sa sortie. Des personnes sans titre de séjour peuvent être acceptés dans le groupe, si leur situation fait qu'ils peuvent récupérer leur carte de résident, peuvent avoir des PS/CP etc.
- Les participants doivent être relativement proches de leur sortie, mais pas trop proches, il faut que ces personnes puissent assister à l'ensemble des séances. L'idéal serait des détenus qui sortent déjà en PS.
- Les critères d'exclusion ne sont pas affichés sur les flyers, la construction du groupe est laissée à l'appréciation des intervenants qui mènent les entretiens individuels
- Pas de discrimination entre les ailes : des détenus de toute la prison peuvent participer.
- Les personnalités doivent être un minimum compatible pour que le groupe soit porteur



Evaluation du groupe sur base des comptes rendu des intervenants

Mise en place du groupe :

Finalement trois intervenants ont été choisis pour mettre en place le groupe : une psychologue de l'Ambulatoire-Forest et une psychologue et un assistant social de CAP-ITI. Ces trois intervenants ont eu la même fonction pendant les séances. Les rôles (preneur de notes, gestion du temps, personne qui mène un peu plus la séance etc.), changeait à chaque séance.

Côtés participants, le groupe de 8 personnes, était très homogène et composé majoritairement de quarantenaires récidivistes, avec de lourdes peines qui avaient envie de partager leurs expériences avec des plus jeunes. Le groupe n'a pas touché les plus jeunes, il y a lieu de se demander pourquoi (la thématique ? La présentation du groupe est trop psy ? etc.). Une majorité avaient des caractères bien affirmés, ce qui était un point d'inquiétude (Est-ce que cela va donner lieu à des tensions ? Ne vont-ils pas « manger » les quelques participants plus en retrait ? Etc.). Au final la dynamique du groupe était porteuse et soutenante, et les participants ont appris à se laisser plus de place dans la discussion. L'émergence de cette dynamique a été catalysée par la rédaction d'une charte commune dont nous parleront plus loin dans ce rapport.

Note : une personne se comporte différemment en entretien individuel et en groupe, c'est un point à prendre en compte à l'issue des entretiens individuels.

Objectifs :

L'objectif d'amener les détenus à s'interroger sur les réalités de la réinsertion d'un point de vue relationnel et émotionnel a été rempli. En effet, les intervenants ont remarqué une nette amélioration des capacités relationnelles au fil des séances (laisser la place à l'autre, soutien, plus besoin de s'appuyer sur la charte pour rappeler les règles du groupe au bout de quelques séances etc.). Deux participants ont même demandé un suivi psychologique individuel pour continuer à travailler autour des thématiques abordés.

Les principales évolutions du groupe :

Le lien qui a pu se créer entre les personnes : décrits comme incroyable par les intervenants, très intense en peu de temps, le groupe est facilitateur (niveau libération de la parole, se montrer tels qu'ils sont, chute des préjugés sur les autres, capacité de se soutenir, de se décaler de leurs faits etc.) et une solidarité s'est créée entre les participants, ils se sont prévenu lorsqu'une séance a été annulée, cherchaient à savoir pourquoi l'un d'entre eux n'avait pu être présent lors de la séance, laissaient de la place au récit de chacun pendant les séances et les plus expressifs encourageaient les plus réservés à s'ouvrir pendant le groupe.

Grande demande, ils prévenaient quand ils ne pouvaient pas venir : motivation et implication même quand il y a eu des refus, ils étaient plutôt dû à des soucis intra prison

Le projet s'est révélé plus thérapeutique que prévu : les intervenants ont remarqué que le groupe pouvait faire émerger des informations, et des prises de consciences de manière bien plus rapide que lors d'un suivi individuel, (pour autant que le groupe soit soutenant). Cela dénote d'un réel effet



thérapeutique lié à l'échange d'expériences communes et singulières dans un environnement sécurisant.

Les séances n'ont pas été faites dans l'ordre dans lequel elles étaient prévues : le groupe a vraiment co-construit sa manière de travailler en fonction de ce qui les préoccupait en début de séance. Tous les sujets prévus ont tout de même pu être abordés. Les fiches techniques sont à considérer comme des feuilles de route, pas un mode d'emploi, il s'agit pour les intervenants de s'en saisir.

Ce qui a manqué/devrait être amélioré :

Il y a eu un **problème de communication** autour du projet dès le début au niveau de **l'existence du groupe de parole**. La communication s'est faite de manière plutôt informelle auprès de certaines associations, et toutes les personnes envisagées pour diffuser la communication n'ont pas ou peu été contactées. A ce titre, à l'origine, l'idée était de communiquer avec l'agent relais « santé » pour qu'il promeuve le groupe auprès de ses collègues et des détenus, cette idée n'a pas été suivie. De la même manière, la bibliothécaire et les membres du SPS ont été mis au courant bien trop tard. En revanche la déléguée intramuros a été tenue informée de tout le processus et a été un soutien essentiel tant au niveau du relais d'informations et de communication, que des conseils.

Dans la **planification la communication** devait commencer en juin, dans la réalité elle a été lancée mi-juillet en pleine période de vacances scolaire et après que le catalogue des activités ait été bouclé. Fin août, nous nous sommes rendu compte qu'il y avait peu d'inscrits, et que le SPS (prévenu de l'existence du groupe par mail et par note dans leurs casiers) et n'était pas réellement informé de l'existence du groupe, de son but etc. et ne pensait donc pas à donner des brochures aux détenus. Il a donc fallu étendre la date d'inscription et refaire un tour de communication auprès des travailleurs et des détenus. Les bons rapports entretenus avec la DIM et la directrice de la prison supervisant le projet nous ont aidé à faire cela.

La date d'inscription ayant été étendue, **la phase d'entretiens de sélection a été plus courte que prévue**. Pour ce groupe cela n'a pas réellement posé problème, puisqu'il y avait une petite dizaine d'inscription, mais le cadre de l'entretien de sélection a dû être modifié à deux reprises (un intervenant au lieu de deux) pour pouvoir rencontrer tous les demandeurs. A l'avenir, il s'agirait de donner plus de temps à cette première phase de construction du groupe.

En ce qui concerne le dérouler des séances de groupe, il y a eu quelques « râtés ». Par exemple, **une séance a dû être annulée** puisqu'elle était prévue pendant les vacances scolaires, période pendant laquelle les activités sont suspendues à la prison. Cette information était apparemment connue au début du groupe mais a été oubliée dans sa préparation pratique. Heureusement, nous avons prévu une séance supplémentaire au cas où il devait y avoir une annulation (pour quelque raison que ce soit). Cela démontre l'importance de désigner une personne pour le suivi et la centralisation des informations liées au projet, et ainsi éviter les erreurs et oublis.

Le **fonctionnement même de la prison a demandé beaucoup d'énergie**, ainsi les horaires des séances ont dû être adaptées au temps carcéral. Les **groupes commençaient systématiquement en retard** puisqu'il fallait le temps que tous les détenus arrivent, demander aux gardiens pourquoi telle personne n'arrivait pas, demander qu'on insiste etc.

Les intervenants ont également rapporté un **manque de temps dans la préparation entre les séances**. En effet, le débriefing et la préparation de la prochaine séance se faisaient à chaud après la séance de groupe ce qui n'est pas l'idéal (manque de recul, fatigue, dimension émotionnelle etc.).



Et enfin, il y a eu un **manque de séances** : le groupe aurait pu se poursuivre puisqu'il a versé dans quelque chose de plus clinique.

Les séances pourraient également être plus cohérentes dans leur structure. Cela n'a pas impacté ce groupe, mais une utilisation plus précise des outils peut être utile à un groupe plus en retrait/ qui a besoin d'être plus cadré.

L'utilisation des outils doit être un peu revue.

- Les fiches techniques sont assez floues, ce qui est positif pour que les intervenants s'en saisisse, mais il serait intéressant de les agrémenter avec les sujets et réflexions ayant émergé tout au long de la préparation et du déroulé du groupe. Leur lien des outils précis serait également intéressant : moins de perte de temps dans la recherche des outils entre les séances, et plus de cohérence avec l'objectif et la thématique de la séance.
- Tous les supports prévus n'ont pas été utilisés
- Il serait intéressant d'avoir un intervenant formé à l'animation socio-culturelle et ses outils dans le groupe et de revoir les modules avec cette personne

Les points à garder/le positif :

D'un point de vue matériel, le **local fourni par la prison était adapté** à un groupe d'une dizaine de personnes, et contenait un matériel adapté pour les activités prévues : visionnages d'extraits de films, assez de chaises, assez de place pour faire un jeu de rôle etc. De plus il y a assez peu d'activités l'après-midi, donc c'est un bon créneau pour un futur groupe.

La **co-construction du groupe** qui a débuté par la mise en place d'une charte commune à la première séance et s'est poursuivie jusqu'à la fin a permis :

- D'aborder les sujets qui étaient prévus au moment où ils avaient du sens pour eux
- D'adapter les outils en fonction des besoins du groupe (ex : extrait de film pour la dernière séance)
- Que chacun trouve sa place dans le groupe (intervenants inclus)
- De partager ses expériences et émotions dans un contexte sécurisant et soutenant

L'organisation d'une séance par semaine a permis aux participants de garder une certaine accroche au groupe, de leur laisser le temps de réfléchir et d'intégrer les informations entre les séances, et de rencontrer leurs besoins d'expression, de réponses à leurs émotions et de partage.

Les participants ont exprimé leur besoin de transmettre l'importance qu'ils voient dans le groupe et ont été très contents de savoir que quelqu'un viendrait leur demander de faire un retour sur le groupe. Les intervenants et les participants ont observé des évolutions au niveau relationnel.

Les moments d'attentes et de convivialité sont également à préserver : les pauses, les attentes avant de groupe/avant de rentrer en cellules, permettent parfois de faire émerger des choses qui n'ont pu se dire pendant le groupe. Par exemple, un participant qui ne se sentait pas à l'aise au début a pu en faire part aux intervenants pendant un temps d'attente. Il est aussi important de prévoir un petit budget pour fournir des biscuits/jus pour une pause plus conviviale.

D'un point de vue des intervenants, il semble important de **préserver la dimension pluridisciplinaire et la collaboration entre différents services**. Cela permet des niveaux de lecture différents et une grande richesse dans le partage d'expériences.



Nous avons également pu constater les **bénéfices des préparations communes avant le début du groupe** (fluidité dans les échanges, équilibre dans les interventions, accord sur les sujets abordés et la manière de les aborder, échange d'expériences etc.). Ainsi, il est tout à fait possible de mettre en place un groupe de paroles avec des intervenants d'une autre équipe, pour peu que ces intervenants apprennent à se connaître en préparant les séances, en faisant les entretiens de sélection ensemble etc.

Lors de la construction du projet, le nombre d'intervenants et la présence d'un observateur ont fait l'objet de nombreuses discussions. Finalement le choix de 3 intervenants s'est révélé judicieux :

- Chacun a pu avoir une place dans le groupe
- Cela a permis de ne pas avoir à annuler/reporter des séances en cas d'absences de l'un d'entre eux
- Cela a permis de faire circuler les rôles qui n'étaient pas fixes ni pendant les séances, ni entre les séances, mais qu'il y en ait toujours un qui était l'intervenant principal, un qui observait la dynamique et un qui prenait note. Avoir un observateur qui prend des notes sans dire un mot aurait certainement modifié la dynamique du groupe. Le trinôme est donc à pérenniser.
- Les trois intervenants s'accordent à dire que le projet est très intéressant, pertinent et que c'était une expérience agréable d'un point de vue personnel et très enrichissante d'un point de vue professionnel.

Avoir des intervenants qui viennent de services externes à la prison est une bouffée d'oxygène pour les détenus, qui ont plus confiance en eux qu'au personnel de la prison.

Thématique et outils :

La thématique qui ressort des échanges est celle du **relationnel** à tous niveaux : les proches, le lien à l'autre, la communication, la manière de faire du conflit sans violence etc. C'est un point d'attention important à avoir pour les prochaines séances. Le choc carcéral, celui de la sortie, le sentiment d'injustice et le rapport à l'institution judiciaire faisaient également partie des grandes préoccupations des détenus. Les fiches thématiques pourraient être revues en fonction de la demande des détenus.

Dans l'optique d'un futur groupe, il serait intéressant de se questionner sur les thématiques qui pourraient engager les jeunes, et la manière de les présenter.

Les outils de manière générale (vidéo, dixit, jeux de rôles, la ligne du temps etc.) ont bien fonctionné, les participants s'en sont saisis avec facilité lorsqu'ils étaient adaptés à la situation. Cependant, avant de les utiliser pour lancer un sujet/une séance, ce groupe avait besoin d'un temps pour déposer ce qui les préoccupait. Un participant s'est même saisi d'un outil lors de la clôture de manière très intéressante (Un détenu avait ramené les cartes du CAL, en a distribué une à chacun (même les intervenantes) et a demandé à chacun s'il était d'accord avec ce qui était écrit sur la carte.)

Point sur plusieurs outils en particulier :

La charte a joué un rôle crucial dans la construction de la dynamique du groupe et d'un espace sécurisant. Elle a été construite en partant d'une question « de quoi avez-vous besoin pour être à l'aise dans le groupe ». Elle a permis notamment aux intervenants de s'appuyer sur ce cadre co-construit pour mettre le groupe au travail. En effet, ce groupe avait besoin d'un temps incompressible pour se déposer, avant de pouvoir s'investir dans un sujet en particulier, (à provoquer avec un tour de parole lorsqu'il ne se fait pas de lui-même). L'existence de la charte a permis de dépenser moins d'énergie dans la médiation de ces échanges, et de faire une transition plus facile vers le thème du jour.



Les jeux de rôles, qui ont été utilisés lors d'une seule séance. Une situation a pu être jouée, et les participants ont bien accroché à cet exercice. Le jeu de rôle mettait en scène un détenu et un travailleur du SPS lors de l'analyse d'une demande de PS. Il a permis de faire ressortir les thématiques d'institutionnalisation, d'injustice, de se décaler des préjugés concernant les membres du SPS, et le renvoi à leurs faits passés. Cela mériterait donc d'être plus utilisé afin de diversifier les situations, et permettre à un plus grand nombre de participants de s'y exercer.

La ligne du temps, commencée à la deuxième séance n'a pas été utilisée de la manière envisagée à la base, les participants ont réinvesti l'outil avec leur vision de la ligne du temps en insistant notamment sur le contexte de leur entrée en prison plus que sur le temps carcéral lui-même (l'idée de base était de l'utiliser pour dégager des thématiques et avancer sur la ligne en fonction des séances, finalement la ligne était là mais les thèmes ont été abordés en fonction des priorités du jour).

Pour conclure : les résultats sont vraiment encourageant, en 8 séances de 2h on observe déjà moins de conflits/une gestion différente de ces conflits, une anticipation de ce qui fait frein à l'extérieur, un côté thérapeutique et apaisants, un plus grand engagement dans un projet de sortie qui fait sens, etc.

Evaluation du groupe sur base d'entretiens menés avec les participants

Pour cette partie du rapport, nous avons pu rencontrer 5 participants sur les 8 détenus qui composaient le groupe.

Les attentes des participants :

La première chose que nous avons pris en compte dans cette évaluation, était les attentes initiales des participants.

Les détenus rencontrés ont majoritairement exprimé l'envie de partager leurs expériences personnelles, d'une part, pour être écoutés, de l'autre pour aider et transmettre les enseignements tirés du passé.

Pour l'un d'entre eux, c'était une manière de compléter son suivi individuel et le travail d'introspection déjà entamé, en se mettant au travail au sein d'un groupe.

D'autres avaient des attentes plus concrètes, comme peaufiner le plan de reclassement individuel et montrer à la justice qu'ils s'investissent dans leurs peines.

Enfin, un participant souhaitait créer une relation de confiance avec les autres détenus, ce qu'il exprime comme étant rare en prison.

La réponse à ces attentes :

En premier lieu, les participants ont souligné que les intervenants avaient porté une attention toute particulière au cadre, ce qui a contribué à créer un environnement sécurisant et positif. Cette relation de confiance a dépassé les frontières du groupe, et les participants témoignent du fait que le respect des autres participants est la règle dans les échanges qu'ils ont hors des séances.

En second lieu, ils relèvent tous les bienfaits de l'échange autour de leurs vécus dans ce cadre bienveillant. Le groupe leur a donné l'occasion de parler de sujets qui les touchent (le choc carcéral,



celui de la sortie, le préau, les contacts avec la justice, etc.), et d'entendre et être touchés par les réalités des autres confrontés à ces mêmes situations. L'espace a permis de se livrer, de se sentir moins seul, de créer du lien, et d'être écouté.

En dernier lieu, tous ont souligné la qualité des outils proposés par les intervenants. A ce titre, la première séance a été très importante, la mise en place de la charte commune a aidé à créer un climat de respect et de confiance. La prise de parole dans cet environnement sécurisant, et encadré par les professionnels a permis de sortir des idées fixes, de trouver des solutions à des problèmes concrets, une meilleure capacité à gérer ses émotions, d'identifier les obstacles à la réinsertion, à la prise de conscience, de donner du sens à sa détention, de reprendre confiance en soi. Le soutien du groupe est extrêmement positif (émotionnel, aide sociale etc.). Cette parole a été facilitée par moment par l'utilisation de médias comme les extraits de film et les cartes du dixit qui ont permis de traiter certains sujets de manière plus approfondie (comme le sujet de l'institutionnalisation avec l'extrait de film « les évadés »).

Enfin, le jeu de rôle, utilisé lors des dernières séances a permis de montrer l'importance de se mettre à la place de l'autre. En l'occurrence, les participants ont dû se mettre dans la peau d'un travailleur du SPS. Cela a permis de montrer quelles sont les difficultés auxquelles toutes les parties en présence étaient confrontés.

Les participants ont identifié des sujets à aborder plus longuement lors du prochain groupe de parole. Ces sujets sont les suivants :

- Les liens familiaux
- La solitude
- La gestion des situations de stress et d'injustice
- « Comment j'en suis arrivé là ? »

Les difficultés relevées lors du groupe de parole :

A l'instar de toute activité organisée en détention, le groupe a souvent été tributaire des retards liés à l'organisation de la prison.

De plus, l'un des participant qui travaille à l'atelier le matin a eu des problèmes pour participer au groupe dans l'après-midi. Il a résolu ce problème en parlant directement avec le chef d'atelier.

Les améliorations suggérées par les participants :

Afin de répondre au mieux aux besoins des participants lors du prochain groupe de parole, nous leur avons demandé qu'elles sont les améliorations qui seraient intéressantes à mettre en place.

Tout d'abord, l'un des participant nous suggère de ne pas cloisonner les groupes afin d'éviter de stigmatiser les personnes qui s'y rendent. Cela permettrait également de pouvoir aborder des sujets liés à la grande précarité, à la toxicomanie, sans juger et en touchant plus de détenus.

Ensuite, les participants ont demandé à mettre en place des groupes avec plus de séances, et plus d'outils pour soutenir leurs réflexions.



Concernant la direction du prochain groupe, les participants n'ont pas les mêmes attentes, en effet, si certains préféreraient un groupe plus thérapeutique qui aborderait les causes de l'entrée en détention, les traumatismes, les faiblesses, etc. ; s'autres aimeraient des réponses un peu plus concrètes.

Un participant nous a également suggéré l'idée de laisser l'opportunité aux personnes n'ayant pu s'exprimer comme ils le voulaient pendant le groupe de pouvoir écrire entre les séances. Ce qui constituerait un média supplémentaire pour approfondir les sujets abordés.

Enfin, d'après un détenu, le nom du groupe de paroles ne correspond pas aux jeunes, il faudrait quelque chose qui les invite à penser « comment rester dehors ? ».

La participation au groupe a-t-elle entraîné un changement dans leurs manières d'envisager la sortie de détention ?

Presque tous ont remarqué des changements chez eux, soit de manière minime (envisager de manière plus sereine sa sortie) soit de manière un peu plus soutenue : l'un d'entre eux témoigne d'une accentuation de la prise de conscience par rapport aux faits, à ses victimes mais aussi aux victimes collatérales (sa famille etc.). Un autre témoigne de l'aide apporté pour développer son plan de reclassement même s'il était déjà bien en place, il avait besoin d'en parler avec les autres. Deux participants ont également souhaité approfondir les sujets abordés lors du groupe, en s'engageant dans un suivi individuel.

En revanche ils ont tous remarqué des changements chez les autres :

- Ils étaient plus à l'aise et plus investis au fil des séances
- Ils ont appris à écouter, ils sont sortis des « moi je » et de la compétition « moi j'ai fait plus que toi » pour être plus dans le partage
- Ils ont acquis une plus grande capacité à se remettre en question
- Ils sont plus à même de saisir des outils à leur disposition pour aider leur désistance

Tous ont amené l'idée d'organiser un groupe de soutien à la sortie de détention, afin de pouvoir compter sur un soutien, partager ses difficultés face aux obstacles de la réinsertion, pour eux, cela éviterait aux gens de revenir.

Conclusion

L'évaluation faite de ce groupe par les personnes détenues est extrêmement positive. Ils ont su se saisir de cet espace pour entamer et/approfondir un processus de réflexion autour des thématiques proposées. La bienveillance, l'écoute et les échanges ont permis à chacun d'envisager l'incarcération et la sortie de manière plus sereine. Tous les participants recommanderaient le groupe et certains souhaitent s'y réinscrire.



Cette évaluation est assez similaire de celle faite par les intervenants, c'est-à-dire, une évaluation très positive quand à la dynamique, la création du lien et les améliorations en termes de gestion des émotions dans des situations de stress.

Pour nous ces retours témoignent de l'importance de pouvoir mettre en place ces bulles d'échanges, d'avoir un espace pour penser son parcours pénal, la sortie et la question « comment rester dehors ? ». Offrir un espace de parole libre et sécurisant ne contribue pas uniquement au bien être des détenus mais aussi à l'organisation et au calme de la prison, ainsi qu'à un meilleur lancement vers une réinsertion réussie.

« Ce travail en profondeur a été nécessaire afin de retrouver mon identité de citoyen, père de famille responsable, stable mentalement psychologiquement et psychiquement. Un individu utile pour ses proches, sa famille, la société en générale et l'environnement qui l'entoure. ». (Mot d'un participant au groupe de parole « Penser ma sortie »)



Résumé : constats pour mettre en place un groupe de parole en détention

- **Trouver le bon « créneau »** : placer son groupe dans des vides, des manques, combler l'espace entre ce qui se fait déjà, et coller aux attentes/projets de la prison. De plus, certaines associations organisent probablement des groupes de travail en détention, communiquer avec eux, les impliquer, ne pas proposer une offre similaire à la leur permet de garder une bonne entente globale et une dynamique de travail efficace
- **Communiquer efficacement** :
 - identifier les personnes ressources de la prison : direction, délégués intramuros, agent relais, services psycho-sociaux, bibliothécaire etc. Ne pas se contenter d'un courrier, organiser une réunion avec ces acteurs, les impliquer dans le projet de manière consultative
 - établir une bonne communication avec ses co-intervenants par le travail commun autour du groupe et les temps informels
 - utiliser un visuel clair à l'intention des détenus et le diffuser de manière large
- **Maitriser sa timeline** :
 - prévoir assez de temps pour que les intervenants se rencontrent, amorcent un travail de réflexion,
 - lancer la communication au moment opportun (pas pendant les vacances scolaires par ex, catalogue des activités),
 - prendre le temps des entretiens individuels pour pouvoir voir deux fois les personnes si nécessaire,
 - organiser les séances en tenant compte des vacances, des mouvements quotidiens de la prison (toujours du retard, les préaux etc.),
 - prendre un temps de débriefing entre les séances pour se préparer efficacement avec un peu de recul (ne serait-ce qu'un échange de mail ou un coup de téléphone)
- **Soigner ses rapports avec l'administration de la prison et avec les agents pénitentiaires**
- **Ne pas s'éparpiller pour préserver les forces** : organiser le groupe dans une prison déjà investie par les intervenants
- Préparer le groupe de manière à avoir un équilibre entre la place laissée à la **co-construction** et une organisation précise et soutenante des séances (faisabilité des fiches techniques : avoir des techniques de groupes, être formé)
- L'effet thérapeutique est fortement lié au contexte du groupe plus qu'à son objectif, il s'agit donc de porter une **grande attention à la dynamique relationnelle** (la régularité du groupe est importante)
- Mettre en place un **trinôme d'intervenants** pour amener plus de richesses dans les échanges, et paliers à certains aléas (absence, impossibilités de transport etc.). Lorsque c'est possible, le trinôme doit être composé de travailleurs de fonctions différentes et d'institutions différentes : renforcement des liens de collaboration, grilles de lectures différentes et complémentaires etc.
- **Être attentif à la construction du groupe** tout en gardant à l'esprit qu'une personne peut tout à fait se présenter différemment en entretien individuel et en groupe.
- **Adapter le groupe aux particularités des participants** (ex : lorsque quelqu'un ne sait ni lire, ni écrire, ne pas proposer que tout le monde écrive sur des post-it, utiliser des pictogrammes)