

# Pratiques créatives pour le bien-être - Guide de pratique 2020

Lapidus International est l'association mondiale pour la promotion de la pratique des mots pour le bien-être et le soutien aux praticiens travaillant dans les secteurs de l'éducation, de la santé, communautaire, bénévole, privé et public.

Nous croyons que les conseils suivants peuvent vous aider à compléter de façon utile votre pratique réflexive, votre jugement, votre connaissance des exigences et des lois locales, afin de développer la sécurité et l'efficacité de la pratique.

Parallèlement à ces directives, nous nous engageons à créer de nouvelles possibilités de formation, un registre auto-certié des praticiens, des possibilités de perfectionnement des superviseurs et une conférence internationale.

Veillez visiter notre site Web pour les derniers développements :  
[www.lapidus.org.uk](http://www.lapidus.org.uk)

## **La créativité au service du bien-être s'épanouit**

L'utilisation de la créativité pour le mieux-être s'est considérablement développée au fil des ans et devient maintenant courante dans de nombreux contextes et milieux différents, comme les salles de classe, les lieux de travail, les hôpitaux, les hospices, les espaces communautaires, les festivals, et même les gouvernements.

Les preuves de l'utilisation de pratiques créatives comme la poésie, la narration d'histoires ou l'écriture biographique pour soutenir le rétablissement ou promouvoir le développement personnel sont établies depuis longtemps et se multiplient, et démontrent un pouvoir et un potentiel incroyables.

Dans ce contexte, et avec le soutien de la TS Eliot Foundation, du Old Possum's Practical Trust et de l'Université de Chester, ce guide a été élaboré pour aider les praticiens à mettre en œuvre une pratique efficace et sûre.

## **Comment ces directives ont été élaborées**

Ce guide a été élaboré entre 2017 et 2019 en (1) analysant les thèmes clés de 100 cadres professionnels du monde entier (y compris le Royaume-Uni, les États-Unis, l'Australie et les cadres mondiaux), (2) résumant les thèmes clés en 20 déclarations soigneusement élaborées, puis (3) utilisant ces déclarations comme base pour la discussion et le développement des déclarations lors de réunions participatives face à face et en ligne avec une série de praticiens.

Cette recommandation a donc été élaborée en consultation avec plus de 50 rôles différents des milieux des arts, de la santé, des affaires, des organismes de bienfaisance et du tiers secteur, et du gouvernement (p. ex. les enseignants des écoles et des universités, un large éventail de thérapeutes (p. ex., art, danse, musique, travail), des auteurs communautaires, poètes, musiciens, artistes, activistes, conseillers politiques, professionnels en développement communautaire, conseillers, psychologues, infirmières, professionnels en santé publique, chercheurs et entrepreneurs professionnels).

## A qui s'adresse ce guide ?

Ce guide s'adresse aux praticiens qui utilisent des pratiques créatives pour le bien-être. Il a été conçu pour aider un large éventail de praticiens dans différents contextes et contextes, et il est donc conçu pour être flexible plutôt que prescriptif. Les praticiens expérimentés peuvent l'utiliser comme un outil pour approfondir leurs réflexions, tandis que les nouveaux praticiens peuvent l'utiliser pour identifier de nouvelles opportunités d'apprentissage et de développement.

## Comment utiliser ce guide

Ce guide a été conçu pour aider les praticiens dans différents contextes et contextes, et il est donc conçu pour être flexible plutôt que prescriptif. Vous pouvez l'utiliser pour vous aider :

- **Concevez vos activités ou programmes créatifs, courts ou longs**
- **Décider d'utiliser ou non des activités créatives dans certains contextes ou contextes.**
- **Décidez du soutien ou des dispositions supplémentaires que vous pourriez organiser pour garantir une pratique efficace et sûre.**
- **Réfléchissez à vos propres pratiques ou à celles des autres ou évaluez-les.**
- **Décidez comment améliorer ce que vous faites actuellement**
- **Décidez comment identifier, récompenser ou reconnaître les bonnes pratiques prometteuses dans votre contexte.**

<b>Messages-guides</b>	<b>Pour quoi c'est important</b>	<b>Exemples de questions de réflexion pour aider à explorer les messages-guides</b>	<b>Exemples de ce que vous pourriez faire</b>
<p>Tenir compte de son expertise, de son expérience et de ses qualifications dans le travail préparatoire et organiser le soutien supplémentaire qui pourrait être nécessaire.</p>	<p>Permet d'avoir confiance (dans votre capacité actuelle et dans celle des autres) en votre capacité actuelle de faire face efficacement et en toute sécurité à l'activité ou au travail en question.</p>	<p>Comment puis-je savoir si j'ai ce dont j'ai besoin pour exécuter cette activité ou ce travail efficacement et en toute sécurité?</p> <p>Comment puis-je le savoir avant d'accepter d'offrir l'activité ou le travail ?</p> <p>Qui pourrait en savoir plus que moi pour cette activité ou ce travail ? Comment pourrais-je apprendre d'eux ?</p>	<p>Co-exécuter l'activité/travailler avec d'autres personnes qui sont plus expérimentées et qualifiées que vous.</p> <p>Observer les autres dans des domaines de pratique spécifiques afin de les sensibiliser.</p> <p>S'engager dans une supervision avec un responsable expérimenté pour vous aider à évaluer l'état de préparation, les risques éventuels et la façon dont vous pourriez atténuer les risques.</p>

Établir et maintenir des relations appropriées.

Indispensable pour créer la confiance nécessaire pour s'engager dans la créativité pour une activité de bien-être.

Quels pourraient être des formes, des canaux ou des moments de communication utiles ?

Quels sont les formes, les canaux ou les moments de communication qui pourraient ne pas être utiles ?

Comment pourrais-je aider à sensibiliser les gens à des formes, des canaux ou des moments de communication qui ne sont pas utiles ?

Structurer, pour les activités de courte durée, ce qui pourrait se produire et pourquoi, et indiquer les services d'orientation disponibles en cas d'inconfort ou de stress à l'extérieur de l'activité.

Utiliser ou co-créez des contrats/ententes pour clarifier les attentes et les paramètres communs, y compris la portée du travail, les avantages potentiels, les risques potentiels, le prix, la durée du travail, les lieux et les moyens acceptables pour communiquer en dehors des activités.

Utiliser ou co-créez des règles de base pour clarifier les attentes dans les groupes.

Définir des moyens acceptables de traiter les "violations" des contrats et des règles, y compris dans le cadre de conversations de groupe et individuelles.

Développer une "boîte à outils" de "pratiques créatives" pour le bien-être qui peut être adaptée en fonction des besoins.

Vous permet d'améliorer l'efficacité et la sécurité de vos activités/de votre travail au fil du temps.

Qu'est-ce qui se trouve actuellement dans ma boîte à outils ? Quand a-t-il été mis à jour pour la dernière fois ?

Comment ai-je adapté mes outils au cours de la dernière année ?

Que s'est-il passé au cours de la dernière année qui pourrait me donner une idée de la façon dont je pourrais adapter ma trousse à outils ?

Élaborer et expérimenter de nouvelles activités pour développer votre propre boîte à outils et consigner les façons dont vous pourriez la modifier ou l'adapter à différents contextes.

Utiliser la pratique réflexive pour aider à identifier des moyens de développer sa propre boîte à outils.

S'engager dans la coordination pour aider à identifier les moyens de développer sa propre boîte à outils.

Assister à une formation sur des outils ou des contextes spécifiques.

Faciliter un environnement propice au bien-être de tous les participants (y compris le praticien).

Essentiel à votre capacité à répondre efficacement et en toute sécurité aux besoins différents et inattendus de vos participants.

Comment la façon dont je configure, encadre et ferme l'activité/le travail favorise-t-elle le bien-être ?

Comment puis-je organiser l'aménagement de l'espace physique [où se dérouleront les activités/le travail] pour favoriser le sentiment de sécurité et de bien-être ?

Comment puis-je organiser l'aménagement de l'espace physique [où se dérouleront les activités/le travail] pour que les gens soient en sécurité physiquement, surtout s'ils doivent partir rapidement ?

L'observation de la pratique par les pairs est une méthode utile pour soutenir et explorer la sensibilisation et la réflexion dans le contexte de l'action en temps réel.

Le soutien par les pairs, le mentorat et la supervision peuvent également favoriser la réflexion et l'évaluation.

Demander aux participants une rétroaction informelle/comportementale pendant et après la séance peut aider à évaluer comment les gens ont réagi à l'environnement.

Anticiper et répondre aux risques, aux besoins et aux défis présentés pour favoriser le bien-être de tous les participants (y compris le praticien).

Essentiel à votre capacité à répondre efficacement et en toute sécurité aux besoins différents et inattendus de vos participants.

Que sais-je des participants qui participeront à l'activité ou au travail, et quels risques, besoins et défis pourraient se présenter ?

Que puis-je faire concrètement pour atténuer ou gérer tout risque ou défi important ? Qui dois-je informer pour m'aider à le faire ?

Que puis-je faire pour gérer mon propre bien-être pendant les défis présentés ?

Le soutien par les pairs, le mentorat et la supervision avant l'activité ou le travail peuvent vous aider à évaluer les risques potentiels et les façons de relever les défis présentés.

L'observation de la pratique par les pairs est une méthode utile pour soutenir et explorer la sensibilisation et la réflexion dans le contexte de l'action en temps réel.

La supervision ou le mentorat après les activités ou le travail peut vous aider à comprendre et à évaluer la façon dont vous avez relevé les défis présentés et toute autre mesure supplémentaire qui pourrait être nécessaire.

Développer une compréhension mutuelle du travail collaboratif lorsqu'on travaille avec/avec des organisations, et s'adapter ou relever des défis le cas échéant.

Permet aux praticiens de travailler efficacement et en toute sécurité avec les participants, en particulier lorsqu'ils assument plusieurs rôles professionnels.

Quelles relations dois-je établir afin d'offrir une pratique encore plus efficace ou sécuritaire ?

Quelles pratiques organisationnelles pourraient être améliorées au profit des collaborateurs et/ou des participants ?

Comment puis-je aider à encourager ce changement ?

Explorer des façons de travailler avec divers intervenants lorsque cela est possible et approprié, et s'entendre sur les protocoles particuliers à suivre.

Faire participer d'autres personnes à l'étape de la passation de marchés, lorsque cela est possible et approprié.

Informez les autres participants à l'étape de la passation de marchés, si possible et s'il y a lieu.

Prévoyez une assurance appropriée lorsque vous travaillez de façon autonome, en dehors de votre emploi.

Essentiel au maintien de toute pratique dans tous les milieux.

Quelle assurance ai-je actuellement ? Est-ce que cela me couvre pour mon activité/travail à l'intérieur et à l'extérieur ?

Quelle est la couverture d'assurance de l'organisation ? Est-ce que cela me couvre pour mon activité/travail à l'intérieur et à l'extérieur ?

Y a-t-il une ambiguïté ? Comment pourrais-je résoudre ou atténuer cette ambiguïté ?

Mettre en place une assurance d'indemnité personnelle et une assurance responsabilité civile, le cas échéant.

Rejoindre une autre organisation qui a déjà organisé une assurance appropriée pour livrer le travail (mais être clair sur les termes et conditions de leur couverture).

Obtenir le consentement en toute connaissance de cause et valide des participants, le cas échéant.

Essentiel au maintien d'une pratique éthique - et légale - dans tous les milieux.

Comment puis-je savoir si j'ai le consentement pour partager le travail ou les expériences des participants de ma propre pratique ?

Comment un participant pourrait-il réagir à un moment donné dans l'avenir, dans ses propres circonstances ?

Comment puis-je informer les participants des implications et des risques possibles d'un consentement ?

Demander conseil sur les moyens habituels d'obtenir un consentement valable pour les enfants ou ceux qui ne sont pas considérés capables de donner leur consentement. Il se peut que la société chargée de la mise en service ait déjà établi les moyens d'y parvenir.

Demander aux participants de signer des formulaires de consentement et d'information avant d'utiliser leur travail dans d'autres contextes ou dans toute recherche.

Intégrez ce qui précède à vos méthodes habituelles de travail à l'étape de la mise en service ou de la passation de marchés avec les participants.

Respecter toutes les exigences légales.

Essentiel au maintien de toute pratique dans tous les milieux.

Quelles sont les exigences légales spécifiques qui s'appliquent dans les différents contextes dans lesquels je travaille ? Comment puis-je le savoir ?

Comment puis-je me tenir au courant ?  
Comment puis-je intégrer ces contrôles dans mes propres méthodes de travail standard ?

Comment pourrais-je connaître mes propres préjugés inconscients ?

Demander conseil à l'organisme chargé de la mise en service (p. ex. pour toute vérification nécessaire liée à des circonstances personnelles).

Assister à des cours à jour sur l'égalité, la diversité et l'inclusion dans des contextes spécifiques (par exemple, les services publics).

Assister à des cours à jour sur la confidentialité et la protection, s'il y a lieu.



S'engager à développer sa propre pratique par des moyens appropriés.

Indispensable pour pouvoir adapter et améliorer son propre travail, pour développer l'empathie avec les participants et pour prendre conscience de l'évolution des attentes éthiques et juridiques.

Quels sont les domaines de ma pratique qui retiennent mon attention ? Pourquoi ? Qu'est-ce que je peux apprendre de cela ?

Quel impact suis-je en train de créer ? Qu'est-ce que j'en sais ? Qu'est-ce que j'aurais pu manquer ? Qu'est-ce que je pourrais apprendre des preuves non confirmées ?

Quelles sont les formes de preuves et d'idées qui m'attirent ? Qu'est-ce que j'évite ? Qu'est-ce que je pourrais rater ?

Que s'est-il passé au cours de la dernière année qui pourrait me donner une idée de la façon dont je pourrais me développer au cours de la prochaine année ?

Entreprendre régulièrement des pratiques créatives et réfléchies pour en mesurer l'efficacité.

S'engager dans la supervision pour soutenir la réflexion et l'exploration dans la pratique, par exemple, en ce qui concerne la flexibilité et l'inclusion dans vos activités.

Se tenir au courant des derniers articles ou livres.

Obtenir les commentaires des participants, ou entreprendre une évaluation ou des études d'impact.

Observation de la pratique par les pairs.

Avertissement : L'information contenue dans ce document a été recueillie auprès de praticiens travaillant dans divers contextes et n'est donc offerte qu'à titre d'information pour compléter votre pratique réflexive, votre jugement, votre connaissance des exigences et des lois locales, et toute autre question pertinente. Il ne s'agit pas d'un avis ou d'un enseignement professionnel, et il ne devrait pas remplacer une formation, des qualifications ou une assurance officielles ou requises. Les praticiens devraient demander l'avis, la formation et/ou l'enseignement d'un professionnel certifié ou reconnu afin de s'assurer de l'adéquation de toute information contenue dans ce rapport par rapport à leur contexte spécifique. Par conséquent, aucun des auteurs, contributeurs ou organismes associés à ce rapport ne peut être tenu responsable de l'application, de l'utilisation ou de l'adaptation de l'information contenue dans ce rapport, ni des conséquences qui en découlent.



Auteurs: Professeur Tony Wall, Richard Axtell et Jessica Lichy.

© 2020, Lapidus International, Bristol, United Kingdom | [www.lapidus.org.uk](http://www.lapidus.org.uk)