

# g<sup>n°2</sup>azette

## de l'insertion sociale et professionnelle

**EDITORIAL** **Cher lecteur de cette 2<sup>e</sup> Gazette de l'insertion**

C'est avec un grand plaisir que je reprends la plume pour ce 2<sup>e</sup> éditorial.

Vos feedbacks sur la 1<sup>re</sup> édition furent nombreux, chaleureux et particulièrement pertinents, prouvant si besoin qu'une insertion réussie reste le fruit de vos professionnalismes complémentaires et bienveillants: la confiance d'un employeur, l'implication d'un conseiller, l'efficacité d'un professionnel de santé, la conviction d'un formateur.

Cette nouvelle édition, certes réclamée, naquit tout de même dans l'angoisse de la page blanche. Or vous le constaterez, la nouvelle moisson s'avère particulièrement riche:

- **CHEVENARD + MASMEJAN** // Un case manager dédramatise l'approche du changement, tandis qu'une formatrice pour adultes en décortique les clés.
- **DISERENS** // La Ligue vaudoise contre le cancer explique pourquoi la reprise professionnelle après un cancer doit mobiliser une véritable démarche de réinsertion.
- **GALLAY** // Un architecte gruérien rappelle l'immense richesse de nos partages immatériels.
- **ROY** // Une formatrice témoigne de l'implication des jeunes au bénéfice des mesures d'insertion individualisées.
- **QUELOZ** // Une médiatrice nous interpelle sur l'importance du lien transgénérationnel dans les conflits familiaux qui accompagnent si souvent nos situations d'insertion.

Une belle Gazette pluridisciplinaire, représentative de notre soin commun à prendre en compte tous les facteurs de succès d'une (ré)insertion. J'adresse mes remerciements et mon admiration à tous nos rédacteurs.

En 2018, Casexpert se renforce d'une compétence supplémentaire avec l'embauche de M. Damien Jordan, neuropsychologue qui termine sa formation à l'UNI-GE, notamment chargé de professionnaliser la prise en charge des jeunes adultes en remédiation cognitive.

Nathalie **RAUBER**

Fondatrice de Casexpert



### Savoir lâcher prise

Vers une évolution positive

Longtemps, je n'ai pas bien compris ces mots, imaginant difficilement que sans vouloir les contrôler, les événements se dérouleraient de la meilleure des manières. Notre réflexe premier, induit par notre égo qui ne souhaite que nous protéger face aux dangers potentiels et nous maintenir dans une zone de sécurité, est de résister aux changements. Mais cette anxiété que nous ressentons face au changement peut être accueillie comme une invitation à avancer avec vigilance et implication dans une phase de transformation, plutôt qu'une injonction à rester accroché au passé. Parce que lorsque les événements de la vie ont décidé de nous emmener vers d'autres rives, résister revient à nager à contre-courant, au milieu d'un fleuve. C'est tout à fait inutile, contre-productif et épuisant. Face à ces chamboulements qui viennent modifier l'équilibre de notre vie, il est certainement préférable d'admettre notre impuissance à résister, les accepter et se laisser emporter par eux avec confiance, en observant les transformations qu'ils induisent autour de nous et en nous. Nager plutôt dans le sens du courant en sachant retirer les enseignements qu'ils apportent et saisir les opportunités qu'ils engendrent. Se réjouir de pouvoir vivre cette nouvelle aventure avec l'intime

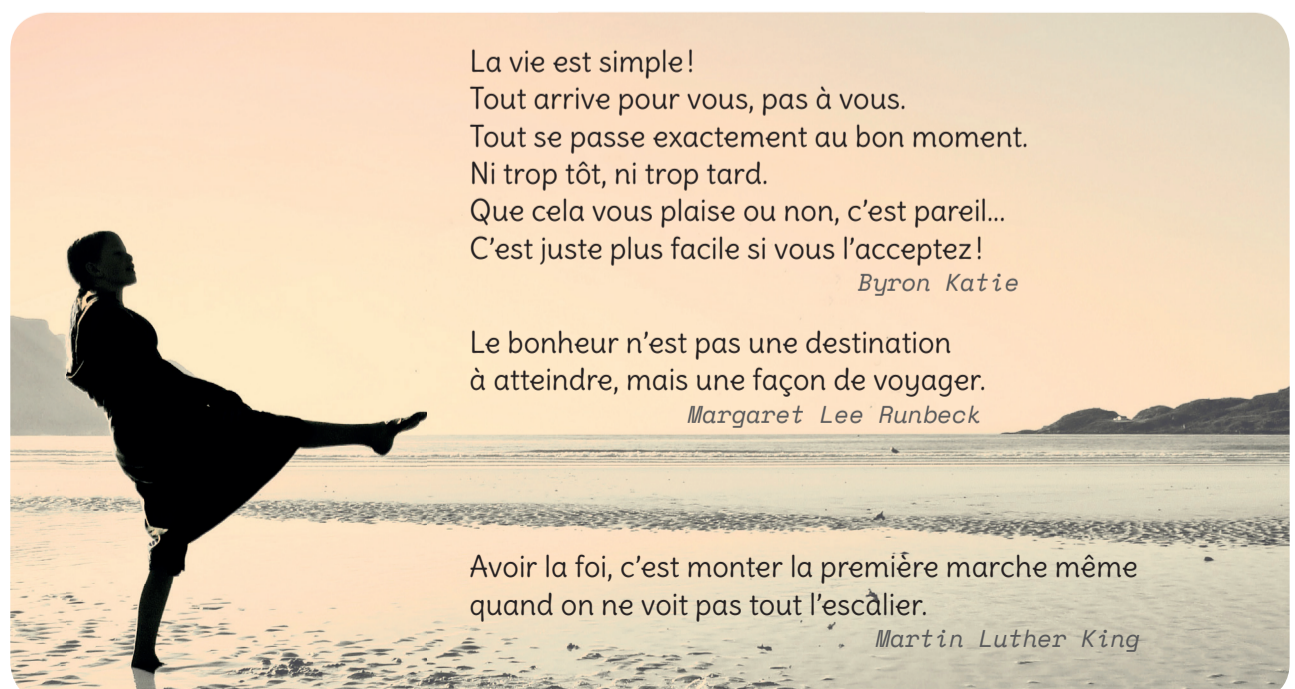
conviction que la vie nous emmène toujours vers une évolution positive. Puis, une fois arrivé sur cette nouvelle rive, être dans la gratitude et se tenir prêt à repartir pour un autre voyage, d'autres aventures, d'autres enseignements, car l'existence n'est-elle pas simplement un grand voyage?

S'il est vrai que nous avons besoin de confort pour nous sentir bien, nous avons autant besoin d'inconfort pour grandir.

Après avoir pris conscience de cela, j'ai cessé de vouloir lutter contre les événements de la vie, dans le cadre de mon activité de case manager et ai commencé à apprendre à percevoir quel sens ils avaient, quelle évolution bénéfique ils provoquaient, quel champ des possibles ils ouvraient, pour tenter de les comprendre, les accepter et en tirer le meilleur parti. Cela rend le voyage plus agréable et plus productif.

**DAVID CHENEVARD**

Spécialiste en assurances sociales. Case manager HES-SO  
Formateur d'adultes FSEA



La vie est simple!  
Tout arrive pour vous, pas à vous.  
Tout se passe exactement au bon moment.  
Ni trop tôt, ni trop tard.  
Que cela vous plaise ou non, c'est pareil...  
C'est juste plus facile si vous l'acceptez!  
*Byron Katie*

Le bonheur n'est pas une destination  
à atteindre, mais une façon de voyager.  
*Margaret Lee Runbeck*

Avoir la foi, c'est monter la première marche même  
quand on ne voit pas tout l'escalier.  
*Martin Luther King*

### Le pouvoir de choisir

#### Le principe de responsabilisation

Se trouver dans une situation de réinsertion professionnelle représente un moment délicat durant lequel il est bon et nécessaire de solliciter aide, accompagnement et soutien auprès de professionnels de ce domaine.

Une de mes plus belles découvertes que je partage ici: quelle que soit la situation que j'aie à vivre, j'ai le pouvoir de choisir! Le pouvoir de décider d'être créatrice de solutions et non pas victime de ce qui m'arrive.

La compréhension de ce principe de responsabilisation a transformé ma vie depuis de nombreuses années...

...et bien que consciente que mon discours dérange ou «heurte» parfois, je partage avec la plus grande bienveillance quelques réflexions sur ce sujet.

Selon les raisons qui mettent une personne en recherche d'emploi, cette dernière pourrait, et c'est tout à fait compréhensible, se laisser envahir et bloquer par des sentiments tels que colère, injustice, frustration, peur, ressentiment, désir de vengeance... Elle se considère ainsi comme victime: du système, d'un patron, d'un collègue, de l'économie... elle pense que c'est la faute des autres, qu'elle ne peut rien y faire, elle se laisse envahir par les plaintes et autres critiques ou jugements... Sauf qu'en restant dans cet état d'esprit, la situation évoluera lente-

### Remédiation cognitive

#### Certification des experts Casexpert

Depuis le début de l'année, Casexpert intervient en remédiation cognitive. Qu'est-ce que c'est? A quoi ça sert?

Nous avons constaté, dans notre pratique professionnelle, que certains de nos usagers butent sur des difficultés à apprendre ou à comprendre l'environnement professionnel qui les entoure. Notre méthode vise donc à améliorer durablement le fonctionnement cognitif d'une personne, sa faculté à comprendre le monde pour mieux s'y adapter.

Ce processus aborde, sous forme d'exercices, chacun des univers dans lequel notre usager rencontre des problèmes: le monde physique, l'univers du langage, l'univers des idées et des émotions, celui des apprentissages, des relations sociales, etc.



ment, voire même continuera à se dégrader malgré l'aide reçue.

Or, c'est en décidant de prendre en charge la responsabilité de notre propre vie, que les différentes situations que nous avons à vivre se résoudront de manière plus sereine, confortable et rapide.

Cet exercice particulier et perturbant de réinsertion professionnelle deviendra alors une belle occasion d'apprendre et de grandir. Plutôt que de chercher des excuses à ce qui ne va pas, je cherche des solutions pour m'en sortir, je deviens alors acteur de ma propre vie et je profite pleinement, avec reconnaissance, du soutien qui m'est proposé.

Prendre conscience, au travers de cette difficulté de vie, de la puissance du principe de responsabilisation et se mettre en chemin pour grandir sera alors une magnifique révélation qui donnera envie d'aller toujours plus loin pour:

- Passer à l'action et trouver des solutions plutôt que de rester enfermé dans le problème.
- Trouver les bons outils, ceux qui conviennent à chacun.

L'exercice proposé par l'intervenant Casexpert agit avec une efficacité immédiate. On peut l'envisager dans le cadre de séances individuelles ou bien dans une dynamique de groupe. Il permet d'intervenir pour faire face à des exigences professionnelles ou sociales.

Ces pratiques de remédiation cognitive vont donc bénéficier particulièrement aux adolescents ou adultes dont l'apprentissage a pu être compromis par la carence de certaines compétences sociales, culturelles, émotionnelles ou physiques, qui réduit parfois durablement leur autonomie. L'exercice de remédiation cognitive aide à lever durablement certaines difficultés de la vie professionnelle: nous commençons par évaluer le poste de travail pour iden-

- Se libérer des fausses croyances et de leur impact négatif.
  - Découvrir la puissance du lâcher-prise.
  - Choisir des lectures qui font avancer.
  - Apprendre à donner et à recevoir.
  - Oser demander de l'aide lorsque c'est nécessaire.
  - Réfléchir aux valeurs personnelles et se libérer des principes subis.
  - Choisir ses combats.
  - Réfléchir à son rôle dans la vie.
- Et cela dans toutes les circonstances de la vie.

La prise de conscience ne suffira toutefois pas, il faudra encore être capable de se remettre en cause et bénéficier d'une bonne dose de conviction, de détermination, de discipline, de patience et de persévérance... pour cheminer, petits pas par petits pas, jusqu'à la fin de sa vie.

Tous ces efforts de transformation personnelle seront largement récompensés par une vie plus joyeuse, sereine, légère, enthousiaste, heureuse, simple et fluide.

Et la bonne nouvelle, c'est que les premiers changements arriveront très rapidement et seront très motivants pour faire chaque jour un pas supplémentaire.☺

DIANE **MASMEJAN-BORCARD**  
Génératrice d'enthousiasme  
Fondatrice de  
la Beblom Academy  
L'école de l'enthousiasme  
et de l'optimisme



tifier les difficultés rencontrées, puis les travaillons sous forme d'exercices.

Lorsqu'une amélioration semble acquise, nous retournons sur le lieu de travail pour vérifier son impact dans la pratique professionnelle de l'usager.

Notre certification dans un contexte pluridisciplinaire permet maintenant aux deux intervenants Casexpert d'agir efficacement sur des situations sociales ou professionnelles très diverses.

Nathalie **RAUBER**  
Fondatrice  
de Casexpert



## Insertion sociale et professionnelle

### Au secours des relations intergénérationnelles

#### Réelles opportunités

Les personnes en rupture de lien familial ou qui vivent avec grande difficulté les relations avec des membres clés de leur famille sont parfois démunies et confrontées à des tunnels sans issues pour créer ou recréer ce



lien. Parfois l'envie est présente, parfois non. Parfois la gêne de faire le premier pas vient entacher la moti-

vation. Parfois la colère et la rancœur sont si fortes que cela rend le contact impossible. Parfois les blessures sont encore trop fraîches. Sans guérison, on croit que le lien ne sera jamais recréé. Parfois on ne sait plus du tout ce qui a généré cette rupture de lien mais on maintient la distance parce que ça s'est toujours passé comme ça.

Mais dans nombre de ces cas de figure, il y a «les acteurs premiers» du maintien du conflit et il y a les «victimes collatérales». Il y a ceux qui ont créé cette rupture, volontairement ou non, et ceux qui se retrouvent impliqués malgré eux dans ce conflit qui entraîne pour eux aussi des ruptures de lien. Je pense ici particulièrement aux grands-parents qui se voient parfois privés de leurs petits-enfants et vice versa.

Les divorces, les relations conflictuelles, les familles recomposées qui se sont parfois éloignées géographiquement sont autant de facteurs qui peuvent entraîner cette rupture de

lien intergénérationnel. S'il s'avère qu'il est important pour la construction de l'identité de l'enfant, ce lien est également essentiel pour la transmission des modes de vie d'antan. Les grands-parents sont aussi les détenteurs des souvenirs familiaux et même si les nouvelles générations d'aïeux sont devenues plus modernes, il est toujours intéressant de confronter les modes de vie selon leur évolution transgénérationnelle.

C'est pour cela que, si les intérêts de l'enfant ne sont pas en péril, il serait bon de penser à recréer ces liens entre grands-parents et petits-enfants, afin de veiller sur ces racines familiales et de redonner un espace à ces relations intergénérationnelles.

**PIERANGELA QUELOZ**  
Intervenante sociale  
avec approche systémique  
Educatrice sociale  
Médiatrice



### Favoriser la reprise du travail après un cancer

#### Un enjeu de société majeur

Le cancer marque la plupart du temps un coup d'arrêt dans une carrière professionnelle: les conséquences physiques, psychiques et sociales de la maladie peuvent être lourdes. Des solutions existent néanmoins pour aider les personnes en rémission à remettre le pied à l'étrier lorsque leur état de santé le permet. Cette situation se présente de plus en plus fréquemment ces dernières années, puisque le nombre de survivants au cancer va croissant - une évolution réjouissante à imputer, entre autres, à l'efficacité accrue des thérapies et au renforcement du dépistage.

#### La communication, sujet sensible

Un premier constat s'impose: le maintien du lien entre employeur et employé pendant et après les traitements augmente significativement les chances d'une reprise réussie. Des échanges ouverts, constructifs et réguliers permettent de lever les incompréhensions mutuelles et d'explicitier les besoins respectifs des deux parties. La naissance ou non de ce dialogue autour de la gestion de la maladie dépend évidemment des relations pré-existantes entre employeur et employé

avant le diagnostic. En parallèle à la communication, d'autres éléments ont une incidence positive sur le maintien d'une vie active après un cancer. A commencer par une reprise graduelle du travail, accompagnée d'évaluations périodiques: une personne en rémission peut rarement être pleinement productive dès son retour en entreprise. Des adaptations du poste, de l'activité et des horaires sont également préconisées. Les petites et moyennes entreprises ont, par définition, moins de latitude que les grandes structures pour consentir des aménagements de ce type. Dans certains cas, une reconversion s'avère donc nécessaire. Ces options épuisées, l'octroi d'une rente de l'assurance-invalidité fait l'objet d'un examen attentif. En rémission, certaines personnes souffrent de séquelles qui peuvent également se manifester sur le long terme. Il peut s'agir d'une importante fatigabilité, de douleurs chroniques ou de stress psychologique - la liste n'est pas exhaustive. C'est la raison pour laquelle il est important que d'éventuels aménagements du cahier des charges ou du poste ne soient pas relégués aux oubliettes au fil du temps.

#### Outils pratiques

On le voit, il n'existe pas de recette miracle en matière de réinsertion professionnelle. Seule certitude: il faut sensibiliser, encore et toujours, les différents acteurs aux prises avec la maladie sur le marché de l'emploi. Dans cette optique, la Ligue vaudoise contre le cancer (LVC) a développé un programme «cancer et travail». Elle propose des outils pratiques aux employeurs et employés: brochure, ligne téléphonique, médiation, séance d'information en entreprise, etc.

Car l'objectif de tous les professionnels qui interviennent autour de l'après-cancer - qu'ils viennent des secteurs de la santé, des ressources humaines ou de la réinsertion professionnelle - est le même: éviter que patrons et salariés se sentent démunis face au séisme de la maladie.

**CHANTAL DISERENS**  
Directrice  
de la Ligue vaudoise  
contre le cancer (LVC)



### L'insertion des jeunes adultes

#### Quel avenir?

Le domaine de l'insertion professionnelle pour les 16-25 ans se décline en une multiplicité de mesures étatiques et privées. Ce secteur est en plein essor tant sur le plan des procédures d'aide, des moyens déployés que des formations à l'attention du personnel d'accompagnement. En effet, les profils et les parcours des jeunes sans solution de formation se diversifient. Conformément à l'effet tourniquet, il n'est pas rare que nombre d'entre eux cumulent plusieurs passages dans différentes structures d'insertion sans parvenir à concrétiser un projet professionnel.



Afin d'optimiser le processus d'insertion, la mesure *ApprentisPlus* encadre un groupe restreint de jeunes afin de leur faciliter l'accès à l'entrée en formation. L'accent est mis sur l'individualisation de l'accompagnement scolaire, personnel et professionnel. Dans ce sens, chaque étudiant bénéficie d'un suivi et de conseils adaptés à sa situation singulière et à ses besoins spécifiques. Les buts visés sont le renforcement des connaissances scolaires, le développement de compétences ciblées par domaines d'intérêts, ainsi que l'efficacité dans les techniques de recherches d'emploi.

A travers la mise en place d'objectifs individuels ponctuels, l'établissement de projets en groupe et des stages réguliers en entreprise, les étudiants sont amenés à accroître leur degré d'autonomie, à se responsabiliser ainsi qu'à affermir leur motivation et leur confiance en eux. En somme, il s'agit pour les encadrants et les professeurs de transmettre les outils adéquats afin que les jeunes soient à même de trouver les ressources en eux pour se lancer dans le monde du travail et de l'apprentissage. Cette approche a pour finalité *l'empowerment* des jeunes et la formation de citoyens engagés et conscients.

Pour l'avenir, il est primordial de se questionner sur les mutations socio-économiques afin de maintenir un accompagnement vers une insertion de qualité. Dans ce sens, de nombreuses corrélations entre les difficultés d'insertion et le contexte du marché du travail mériteraient un approfondissement: l'âge de l'entrée en formation professionnelle initiale est en constant recul - les exigences des entreprises formatrices sont de plus en plus ciblées - les évolutions du système scolaire désécurisent parfois les élèves - les demandes d'apprentissage dans certains domaines sont hautement supérieures à l'offre et vice-versa et de nouvelles formations fleurissent mais l'information n'est pas toujours accessible aux entreprises et aux jeunes.

Tous ces éléments méritent une considération dans l'élaboration de l'encadrement et des méthodologies appliquées au domaine de l'accompagnement professionnel.

Les jeunes sont une population pleine de ressources et il est essentiel de leur accorder une confiance, de les amener à s'autodéterminer, sans jugement et avec bienveillance, vers une voie qui convient autant à leurs aspirations qu'à leurs aptitudes.

Soyons confiants: l'expérience montre que l'individualisation de l'accompagnement d'un jeune permet dans la très grande majorité des cas, de trouver une solution de formation adéquate et une insertion pérenne dans l'économie libre.

LOAN ROY  
*Futurplus*  
Formatrice  
responsable de l'insertion



### La valeur immatérielle de l'intégration

#### Et si nous pensions un instant que l'argent n'était peut-être pas la seule réponse à toutes les questions de société

A force d'idéaliser l'argent comme seule finalité, nous avons peut-être oublié qu'il existe d'autres formes de richesse: le savoir-faire, la culture, les liens humains. Il est vrai que l'argent permet d'obtenir facilement un bien de consommation, un service, mais la vie est plus complexe, plus riche. Elle demande d'apprendre en investissant du temps dans des lectures ardues, à gérer son développement émotionnel mis à mal par la frustration de l'échec et à communiquer.

Aujourd'hui, nous sommes pris dans l'engrenage de la productivité. Pour satisfaire cette demande de consommation, nous sommes tombés dans un paradoxe; plus nous exigeons de la solidarité de la part des entreprises, moins elles sont solidaires. Ces dernières, grevées par les charges sociales, doivent impérativement être compétitives et exiger que les collaborateurs soient particulièrement performants et donc exclure ceux qui le sont moins. Cette exclusion provoque des nouvelles charges qui se répercutent à nouveau sur la productivité, excluant de nouvelles personnes.

Pour sortir de ce cercle vicieux, il faudrait donc réduire les charges financières des entreprises pour leur permettre de ne pas considérer uniquement le salaire comme contrepartie d'un travail, mais aussi une valeur à l'apprentissage, au contexte favorable aux liens sociaux et au sens que le travail peut donner à la vie. Ne pourrions-nous pas penser à une fiche de salaire avec des lignes en plus: compétences acquises, relations humaines, bien-être?

STEVE GALLAY  
[www.atelier-gallay.com](http://www.atelier-gallay.com)



#### Impressum

Editeur Casexpert, 2 parutions/an  
Impression 600 exemplaires  
Imprimeur Glasson Print Bulle  
Graphisme la rousseur de vivre  
Illustrations Banque d'images 123rf.com