

## Des pairs aidants pour la santé mentale



Inclure des personnes ayant elles-mêmes connu des problèmes psychiques dans les équipes de soins ? L'idée fait son chemin sous l'impulsion du mouvement « Recovery ».

© Photographee-eu / Fotolia

---

Par **Esther Hartmann**, psychologue, chargée de projets, Pro Mente Sana Suisse romande ; et **Barbara Broers**, médecin, Département de médecine communautaire, de premier recours et des urgences, HUG, SSAM, Genève

Inclure des personnes ayant elles-mêmes connu des problèmes psychiques dans les équipes de soins ? L'idée fait son chemin sous l'impulsion du mouvement « Recovery ». Car les clés du rétablissement sont multiples, et les experts ne sont pas seulement ceux que l'on croit. La démarche nécessite un apprivoisement et un engagement de part et d'autre, qui débouche sur un enrichissement des pratiques, comme le montre l'expérience menée aux Pays-Bas.

L'association romande Pro Mente Sana travaille actuellement à l'élaboration d'un projet de formation et d'intégration de pairs aidants dans différentes institutions, associations et organisations intervenant dans le domaine de la santé mentale en Suisse romande [1].

Un pair aidant, tel que le définit l'association québécoise pour la réadaptation psychosociale [2], est un membre du personnel socioéducatif vivant ou ayant vécu un trouble psychique d'une certaine gravité. À partir de son expérience de la maladie, et de son processus de rétablissement, il aide ses pairs à surmonter les obstacles et à identifier ce qui leur permettrait de se rétablir.

L'apparition progressive de ce nouvel intervenant dans le domaine de la santé psychique est directement liée au mouvement du « Recovery ». Ce mouvement, qui a vu le jour aux États-Unis dans les années 90, réunissait des malades psychiques longtemps considérés comme inguérissables ou pour lesquels il n'existait plus de ressources psychothérapeutiques et qui s'étaient rétablis malgré ces pronostics défavorables. Rapidement, des professionnels engagés et des proches se joignirent à ce mouvement. Depuis, les tenants du rétablissement attirent l'attention sur le fait qu'il est aussi possible de se rétablir de maladies psychiques sévères et que le préjugé selon lequel une

personne malade est condamnée à le rester toute sa vie est infondé. Ils informent les autres personnes concernées et les proches sur les possibilités de rétablissement et aident les professionnels à orienter leur traitement plutôt sur le rétablissement qu'exclusivement sur l'évitement des crises ou le contrôle des symptômes.

## Le droit à la parole, à l'action et à la prise de décision

Le pair aidant est donc associé à une philosophie qui reconnaît des compétences et une parole aux usagers des services de santé mentale. Il est issu d'un changement de paradigme qui conduit les services traditionnels à donner un droit à la parole, à l'action et à la prise de décision à l'utilisateur. Le pair aidant devient alors partenaire de ce bouleversement des pratiques professionnelles. Par sa présence et son activité, il questionne les pratiques institutionnelles usuelles et teste leur capacité à adopter de nouvelles conduites.

L'implantation de ce nouvel intervenant dans le champ de la santé mentale nécessite l'engagement de l'équipe pluridisciplinaire sur une voie dans laquelle l'expérience des usagers et leur parole sont reconnues, considérées comme expertises et sources d'enrichissement pour l'institution.

Plusieurs mandats peuvent être confiés à un pair aidant au sein d'une organisation. Il peut par exemple coanimer des groupes sur le rétablissement, participer à la réflexion en équipe sur des projets de soins globaux, informer des équipes sur le concept de rétablissement, prendre part à des activités sociales ou récréatives, accompagner un usager dans différents projets, etc.

Afin d'intégrer ce nouveau professionnel, l'institution, comme les différents professionnels qui travailleront à ses côtés, devront élaborer une réflexion sur les modalités d'intervention qu'ils souhaitent lui proposer. Il est en effet indispensable de déterminer clairement la place qui lui sera réellement proposée. Dès lors, les différents professionnels devront mener une réflexion sur leur propre fonction et sur le rôle de chacun. Ceci conduira à interroger l'identité professionnelle de chaque intervenant. Intégrer un pair aidant dans une équipe signifie qu'un nouveau collaborateur est accepté et qu'il interviendra dans des activités jusqu'alors réservées à des professionnels « classiques ». Ces derniers accepteront alors de renoncer à une partie de ce qu'ils considéraient comme faisant partie de leurs cahiers des charges.

Il convient donc de se poser la question de la pertinence de ce changement ainsi que de sa validité. Qu'apporte véritablement un pair aidant ? Est-il nécessaire d'intégrer un pair aidant au sein de son institution pour orienter cette dernière vers le « Rétablissement » ? Comment avoir confiance en ce nouvel acteur ? Quels seraient les écueils à éviter ?

Différents témoignages et recherches permettraient de répondre, en partie du moins, à ces interrogations légitimes [3]. Une expérience néerlandaise met en évidence l'intérêt de l'intégration des pairs aidants au sein d'équipes pluridisciplinaires sans faire l'impasse sur les obstacles qu'il convient d'éviter ou de surmonter.

## Les « experts par expérience » aux Pays-Bas

Il y a dix ans, il n'y avait que très peu de pairs aidants aux Pays-Bas. Maintenant chaque institution de santé mentale a ses pairs « experts ». Par exemple, la Fondation « Altrecht », une grande institution de santé mentale de plus de 2800 collaborateurs, a actuellement engagé 57 pairs aidants, l'objectif étant d'arriver à 140 en 2013. Les pairs aidants travaillent dans des équipes ambulatoires (surtout des équipes ACT Assertive Community Treatment) et en milieu hospitalier. Ils ont des postes rémunérés comme tout autre membre de l'équipe de soins. Leurs rôles varient : ils peuvent être coach individuel des patients, animer des groupes d'entraide, ou avoir des postes de cadre.

Les pairs aidants sont nommés « ervaringsdeskundige » en néerlandais, ce qui veut dire « expert par expérience ». Cette différence sémantique n'est peut-être pas anodine, si l'on veut réfléchir à la place des pairs aidants dans une équipe de soins.

Les pairs experts ont suivi des formations reconnues, possibles à différents niveaux : des cours (sans diplôme), six formations professionnelles de trois ans et deux formations de niveau HES sur quatre ans.

L'expérience néerlandaise (lire interview ci-dessous) montre que l'intégration des pairs experts peut vraiment ajouter un « plus » dans les soins en santé mentale, mais on doit aussi considérer que c'est un métier en développement, et pas une panacée. Des points importants à développer sont : les rôles des pairs experts, leur formation et supervision/intervision, ainsi que l'évaluation.

### **L'expérience de la Fondation Altrecht**

Interview avec Sieke Kruyt, psychiatre et thérapeute de famille, responsable d'une équipe Assertive Community Treatment (ACT) pour des personnes avec des troubles psychotiques et de dépendance, à la Fondation Altrecht, une grande institution de santé mentale à Utrecht, aux Pays-Bas.

#### **Pouvez-vous expliquer le fonctionnement d'une équipe ACT ?**

**Sieke Kruyt :** Assertive Community Treatment (ACT) est une méthode de traitement développée aux Etats-Unis, pour des personnes avec des troubles psychiatriques chroniques et graves. C'est une forme de traitement ambulatoire, « outreach », et multidisciplinaire, avec une description précise de la composition de l'équipe de soins. Un pair aidant fait toujours partie de l'équipe.

#### **Quelle est votre expérience professionnelle avec les pairs aidants ?**

Dès le début de la constitution de notre équipe ACT, il y a cinq ans, nous avons inclus un pair aidant. Cela signifie, entre autres, que c'est un poste rémunéré. Pierre, notre pair aidant, avait eu une dépendance à la cocaïne pendant 25 ans, avec tous les problèmes relatifs sur le plan social, criminel et de sa santé. Quand il a commencé chez nous, il était abstinent depuis 3 ans.

#### **Selon vous, qu'est-ce que peut apporter spécifiquement un pair aidant dans le travail en addiction ?**

Pierre est, pour nous, une source de connaissance pratique pour toutes sortes d'affaires courantes de la vie de nos clients dépendants. Il nous conseille très bien sur les moments opportuns pour nos interventions, ou ceux où il vaut mieux attendre. Comme psychiatre, je me sens en sécurité quand je fais des visites à domicile avec lui, surtout quand on va chez des clients qu'on connaît mal, ou en cas de situations compliquées.

Pour nos clients, il est un fort signe d'espoir. Le fait qu'il a été capable de laisser derrière lui son addiction et de reconstruire sa vie avec une femme et un emploi leur donne espoir pour leur propre futur. Certains ont suivi son exemple et ont choisi de suivre la formation de pair aidant. En fait, quand on traduit du hollandais, nous parlons plutôt d'« expert par expérience », on pourrait peut-être parler de « pair expert ».

#### **Quels sont vos conseils pour des équipes de soins qui désirent intégrer un pair aidant, ou « pair expert » ?**

Il est important qu'un pair expert, avant de commencer à travailler, n'ait pas seulement pris une bonne distance par rapport à son addiction, mais aussi qu'il ait la capacité de réflexion et d'introspection, pour comprendre ce qui a été important pour son propre rétablissement. Et qu'il ait eu au moins une formation de base dans les soins. Il est important qu'il puisse utiliser son propre vécu comme source de connaissance, mais aussi qu'il réalise que chaque client porte sa propre histoire et son propre vécu.

Autrement il est essentiel que lui et l'équipe aient réfléchi aux tâches spécifiques du pair aidant, et à celles qui ne le sont pas. Des supervisions et des interventions avec d'autres pairs aidants, doivent être mises en place. Car, par définition, le pair aidant a une position assez isolée, faisant partie tant des patients que de l'équipe.

**Propos recueillis et traduits par Barbara Broers**

[1] Article paru dans Dépendances No 45, revue éditée par Addiction Info Suisse et le GREA. Parution : 3 fois par an.

[2] [Lien internet](#)

[3] Provencher E., Lagueux N., Harvey D. (2010) : « Quand le savoir expérientiel influence nos pratiques... L'embauche de pairs aidants à titre d'intervenants à l'intérieur des services de santé mentale ». In : Pratiques de formations, Usagers – Experts : la part du savoir des malades dans le système de santé. No 58-59, pp 155-174