



# PAIR AIDANCE

Club Réussir 02

Association Espoir 02



#**activateur**  
**de progrès**  
emploi&handicap



# « Définition » du concept de pair aideance

- ▶ Pas de réelle définition
- ▶ Référence à « *un soutien mutuel offert par des personnes ayant traversé des expériences de vie similaires et difficiles* »
- ▶ Obligation du pair aidant d'utiliser et de partager son savoir expérientiel découlant de leurs expériences
- ▶ Lien avec maladie psychique & rétablissement
- ▶ Le partage de son vécu et de son histoire de rétablissement a pour but de:
  - > (re)donner de l'espoir aux personnes,
  - > servir de modèles identificatoires,
  - > offrir de l'inspiration,
  - > soutenir et informer les usagers et l'équipe médicale dont il fait partie intégrante comme membre à part entière.

# Spécificités du pair aidant

- Provencher, Lagueux et Harvey, 2010:

*« Le savoir expérientiel du pair aidant lui permet de se centrer sur le cheminement de l'usager et de bien en saisir toute la charge émotionnelle. Ce savoir lui est aussi très précieux pour aider la personne à apprendre de ses expériences positives et négatives.*

*Basé sur l'apprentissage (modeling, Bandura, 1980 & 1986), l'usager observe chez le pair aidant des attitudes ou des comportements qu'il perçoit comme étant souhaitables pour lui-même et qui peuvent l'aider à se rétablir. [...]*

*Le rétablissement du pair aidant et l'utilisation de sa propre expérience aux bénéfices des autres usagers représentent des atouts forts appréciables pour motiver ces derniers à s'engager plus à fond sur la voie du rétablissement et à croire et espérer en un avenir plus prometteur ».*

# Savoir expérientiel

- ▶ Le sentiment d'être envahi par une souffrance émotionnelle intense ou par des délires
- ▶ L'expérience de faire l'objet d'un diagnostic, d'avoir été hospitalisé et médicamenté
- ▶ L'utilisation de services dans le réseau de santé mentale et des autres ressources dans la cité
- ▶ La perte d'estime de soi, de confiance en soi et de la stigmatisation
- ▶ La compréhension des obstacles que l'utilisateur affronte (l'exclusion, la pauvreté, la stigmatisation, etc)
- ▶ L'identification aux problèmes, aux stratégies pour faire face aux difficultés, à la responsabilisation
- ▶ L'empathie, la tolérance, la flexibilité, l'adaptation, la bienveillance, la gratitude...
- ▶ La démarche de réadaptation ainsi qu'au franchissement des étapes dans le processus de rétablissement....

# Rôle du pair aidant

- ▶ Partager et utiliser son savoir expérientiel lors de ses interventions auprès des usages/pairs et de son équipe de travail
- ▶ Transposer ses propres expériences au bénéfice des pairs et des membres de l'équipe
- ▶ Utiliser l'auto-dovulgation (sous réserves de)
- ▶ Servir de modèle d'identification voire de projection
- ▶ Susciter l'espoir aux pairs et à leurs proches ainsi qu'aux intervenants
- ▶ Servir de modèle de motivation pour les pairs et renforcer la croyance que le rétablissement est possible
- ▶ Soutient la responsabilisation des pairs dans la reprise de pouvoir sur leur vie et dans leur processus de rétablissement
- ▶ Apporter son expertise et maintenir présentes dans l'équipe les préoccupations envers la diminution de la stigmatisation, la nécessité de redonner de l'espoir et d'assurer la pleine participation de la personne utilisatrice aux choix des services

# Tâches - fiche de poste

- ▶ Sont diverses et variées = elle doivent répondre aux besoins des usagers (et de l'association)
  - ▶ Doivent être clairement identifiées
- > les responsabilités premières du pair aidant sont d'offrir des services d'intervention conçus pour aider les personnes à reprendre le contrôle sur leur propre vie ainsi que dans leur processus de rétablissement.

## Exemples de tâches/missions :

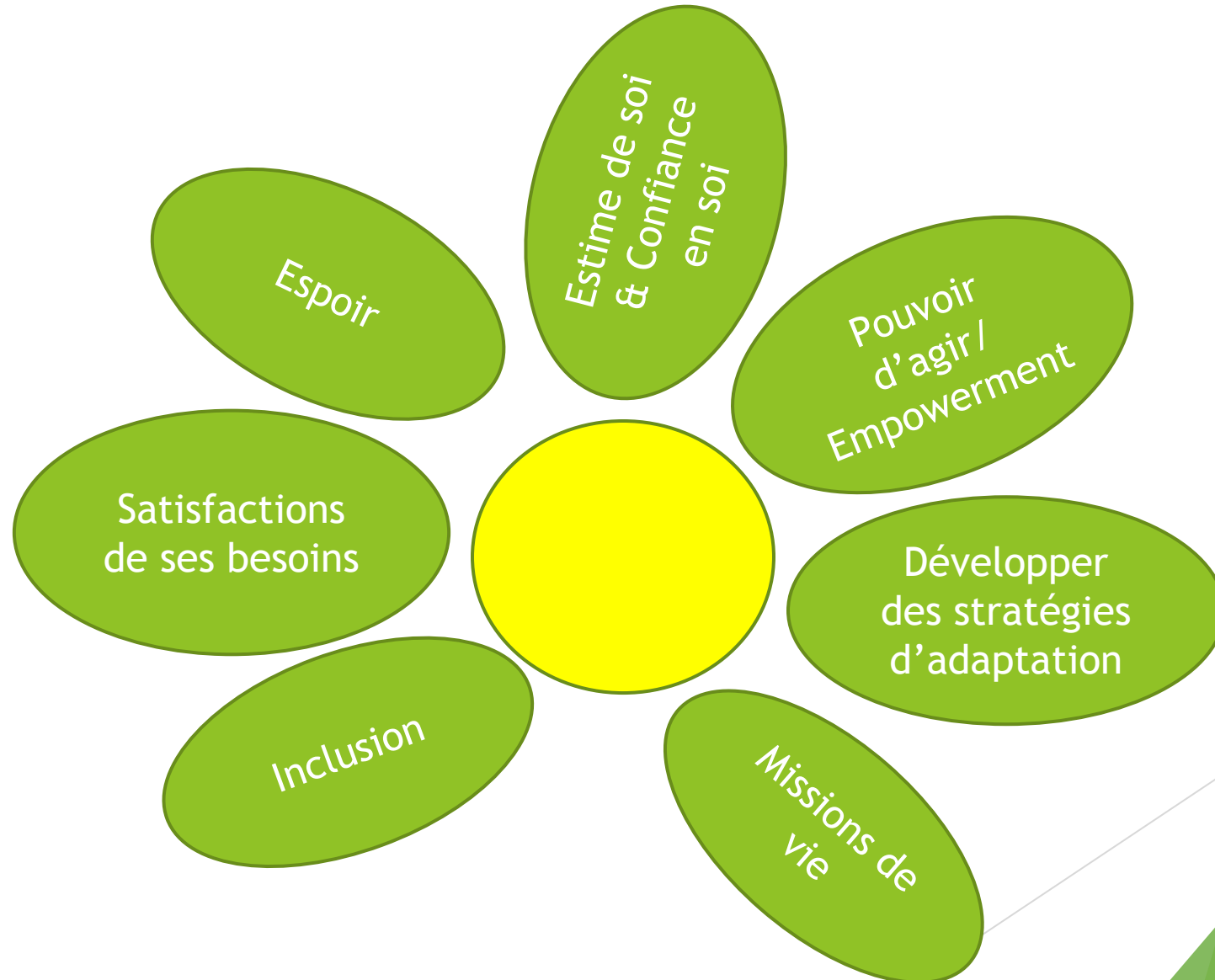
- Faire émerger la valeur expérientiel de chaque personne,
  - Transmettre des méthodes efficaces d'adaptation et d'autodétermination,
  - Aider la personne à combattre la stigmatisation,
  - Mettre en place des actions (ateliers, groupes de réflexion, etc) pour faire valoir leurs droits,
  - Intervenir auprès des membres de l'équipe en tant que « consultant »,
  - Animer des groupes dans le cadre du rétablissement,
- Etc

# Le rétablissement

- ▶ **« Le rétablissement est un processus foncièrement personnel et unique qui vise à changer ses attitudes, ses valeurs, ses sentiments, ses objectifs, ses aptitudes et ses rôles. C'est un moyen de vivre une vie satisfaisante, remplie d'espoir et productive malgré les limites résultant de la maladie. Le rétablissement va de pair avec la découverte d'un nouveau sens et d'un nouveau but à sa vie, à mesure qu'on réussit à surmonter les effets catastrophiques de la maladie mentale... »**

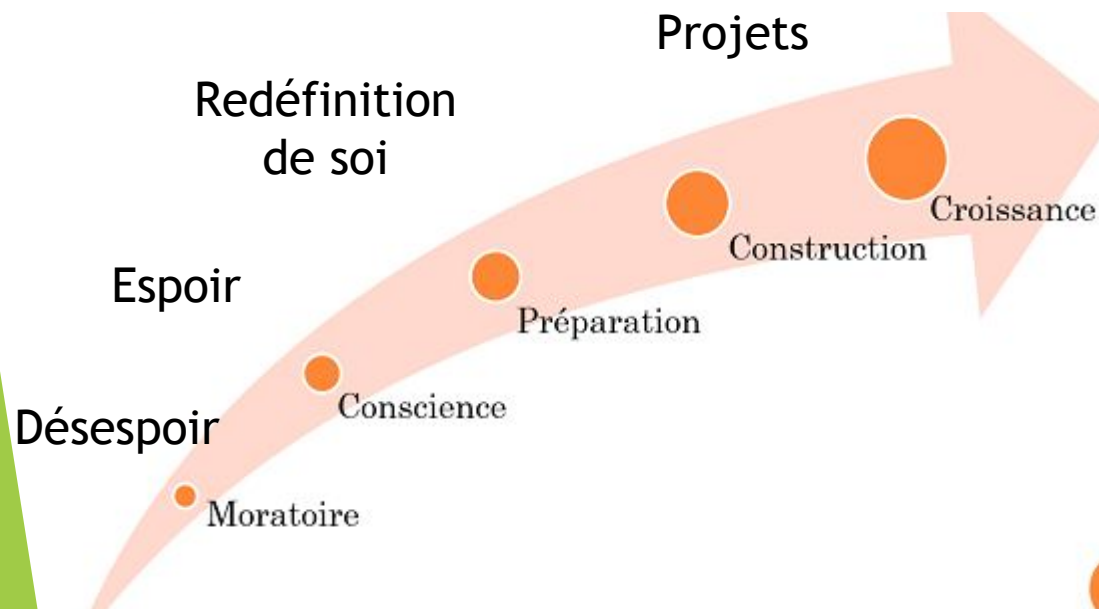
**Bill Anthony (un usager à l'origine du concept, 1993 .**

# Le rétablissement (suite)





# Le rétablissement suite: les 5 étapes du processus



L'IMPACT DU TROUBLE MENTAL : CHOC ET DÉNI	LA VIE EST LIMITÉE : RENONCEMENT ET DÉSESPOIR	LE CHANGEMENT EST POSSIBLE : ESPOIR ET REMISE EN QUESTION	L'ENGAGEMENT À CHANGER : VOLONTÉ D'AGIR ET COURAGE	LES ACTIONS POUR CHANGER : RESPONSABILISATION ET POUVOIR D'AGIR
<u>La personne</u> est anéantie par le pouvoir que le trouble mental a sur sa vie.	<u>La personne</u> a cédé au trouble mental le pouvoir de contrôler sa vie.	<u>La personne</u> remet en question le pouvoir du trouble mental de contrôler sa vie	<u>La personne</u> défie le pouvoir qu'elle a donné au trouble mental de contrôler sa vie.	<u>La personne</u> se réapproprie le pouvoir sur sa vie.
Elle croit que les symptômes contrôlent sa vie;	Elle s'est résignée; se croit condamnée.	Elle espère qu'il y a plus dans la vie que ce qu'elle connaît.	Elle croit qu'il y a de l'espoir pour elle	Elle a décidé de la direction qu'elle veut prendre.
se sent en perte de contrôle;	Elle se considère sans avenir;	Elle commence à croire que sa vie peut être différente.	mais elle ne sait pas comment s'y prendre pour améliorer sa vie.	Elle s'est mise en action afin d'atteindre son but et de créer la vie qu'elle désire.
nie son trouble mental.	se limite à être malade. Elle a perdu espoir.	Elle entrevoit la possibilité de changer, mais ne se sent pas prête à s'engager.	Elle a une attitude d'ouverture face ce qu'il faut faire pour changer.	

# Club Réussir 02: dispositif

Virginie Lamant,  
Animateur Inclusion  
Pair aideance

Financements:  
Plateforme de  
financement  
participatif

Communication:  
Réseaux  
sociaux-Faceboo

Lucille Jerez

ASSOCIATION ESPOIR 02

CLUB REUSSIR 02

SAMSAH  
Laon

SAMSAH  
Soissons/Château-  
Thierry

INCLUSION

Pair aideance

Animateur Inclusion

Virginie Lamant

GEM

Logements  
Inclusifs

Résidences  
Accueil

Café  
Collaboratif

Organisme  
de  
formation

Laon

Soissons

Chateau  
Thierry

Soissons

Laon

Soissons

- Accueil,
- Lieu d'échanges et de rencontres (usagers & entreprises)
- Information et formation,
- Ateliers,
- PAS,
- DEA,
- Dispositif APS,
- Accueil de partenaires...

- Catalogue de formations

- Ateliers bois, permaculture
- Ateliers informatique, écriture...

# Missions: GEM/Logements inclusifs

- ▶ Favoriser la collaboration entre professionnels et bénéficiaires en faveur de la communauté, de la cité
- ▶ Favoriser la décision partagée par la construction d'outils de sensibilisation
- ▶ Encourager l'engagement des bénéficiaires dans une démarche participative et dans une reconnaissance
- ▶ Favoriser la pérennité de l'engagement et des actions mises en place en faveur de leur santé, de leur bien-être et de leur qualité de vie
- ▶ Permettre la reconnaissance des compétences et savoir faire des bénéficiaires pour ainsi faire émerger d'autres capacités
- ▶ Co animer des ateliers de groupe d'échanges
- ▶ Consultant en termes d'expertise

# Missions : Café Collaboratif/Organisme de formations

- ▶ Participation à l'accueil et à l'animation
- ▶ Favoriser la pérennité de l'engagement et des actions mises en place en faveur de la santé, du bien-être et de la qualité de vie des bénéficiaires
- ▶ Partager son savoir expérientiel
- ▶ Consultant en termes d'expertise
  
- ▶ Interventions en termes de témoignages et de transmissions d'expériences

# Bénéfices observés

- ▶ Espoir
- ▶ Favoriser sa quête de sens
- ▶ Reprise du pouvoir d'agir (empowerment)
- ▶ Soutien social et de fonctionnement social
- ▶ Empathie et reconnaissance
- ▶ Réduction de la stigmatisation
- ▶ Augmentation du taux d'admission et de maintien dans la communauté (réduction des jours d'hospitalisation, réduction des symptômes de détresse, amélioration du soutien social, amélioration de la qualité de vie).

-> Avantages en termes d'inclusion



# Merci de votre attention et participation

Lamant Virginie

Psychologue-Relaxologue, Formatrice & Consultante

Association Espoir 02

3 rue de la Congrégation 02200 Soissons

03 23 54 66 53

[psychologue2@samsah-soissons.org](mailto:psychologue2@samsah-soissons.org)