

Réhabilitation psychosociale

• **Matinée de la réhab' : "Qu'est-ce que la réhab' ?"**

5 sep 2024 • 09h00 → 12h00



Pair-aidance : de quoi parle-t-on ?

Mon témoignage

A la découverte du métier de « Médiateur santé pair »

LA PAIR-AIDANCE : de quoi parle-t-on ?



= > principe stimulant **de l'entraide mutuelle entre "pairs"**, personnes qui ont en commun une « cassure majeure » dans sa vie


Historique de la pair-aidance

- **Pussin et Pinel (18^{ème} siècle)** : une rencontre décisive pour la psychiatrie contemporaine.
- **Self Help (19^{ème} siècle)** : conditions de survie à court terme. « Se changer soi-même pour changer sa vie ».
- **USA (années 60')** : Les usagers sont au centre des projets : « Nothing about us without us ». Émergence de groupes d'entraides (Alcooliques Anonymes, Act Up, ...). Les personnes concernées échangent autour de leurs besoins, vécus, ressentis et pratiques.
- **USA, 1989** : premier programme d'embauche de travailleurs pair-aidants.
- **France, 2007** : premiers pair-aidants salariés (Médecin du Monde et équipe MARSS à Marseille (Mouvement et Action pour le Rétablissement Sanitaire et Social).

En France, à ce jour, 220 médiateurs de santé pairs ont été formés et sont diplômés pour travailler dans des structures sanitaires et sociales, et associatives.

A la découverte du métier de médiateur santé pair (MSP)



 **Choix de la professionnalisation** : => construire une identité en tant que professionnel

- **Expérience personnelle d'un trouble de santé mentale**, et qui a fait un **chemin dans le rétablissement**.
- **Partage du savoir expérientiel**, pour accompagner d'autres personnes concernées par :
 - les **troubles psychiques**,
 - une problématique **d'addiction**,
 - ou vivant une situation de **précarité**.

BAC+3 Licence sciences sanitaires et sociales "parcours médiateur de santé pair". Programme porté par le CCOMS (Centre collaborateur de l'Organisation Mondiale de la Santé). Université de Bobigny Sorbonne Paris 13.

DU pair-aidance à Lyon (Vinatier),

...

2 axes de travail dans l'accompagnement

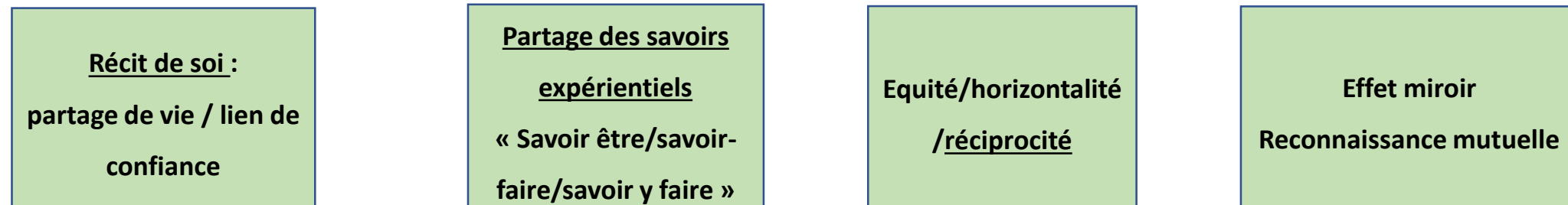
ENTRAIDE / PAIR EMULATION

Soutien émotionnel
Soutien du pouvoir d'agir des personnes concernées
Accompagnement à l'autogestion (Self Help)

MEDIATION

Accompagnement vers le soin
« Trait d'union » en faveur de l'alliance thérapeutique

Comment ?



Partage autour des ressentis d'une expérience d'un trouble psychique qui va normaliser une expérience et participer à a déstigmatisation.

« C'est en donnant une part de soi qu'on obtient une part de l'autre »

FOCUS SUR LE RECIT DE SOI



- **Reconnexion à soi-même**
- **Mise en lumière du savoir expérientiel propre à la personne**
- **Phénomène cognitif qui permet de récupérer des souvenirs dans son inconscient (E.Gardien, 2019)**

« Les récits de vie sont propices à l'émergence d'éléments porteurs d'indices quant à la construction identitaire du sujet, tels que les rencontres, le contexte familial, les événements marquants ». Ainsi, le récit de soi peut être une ressource qui va permettre de donner un sens au parcours personnel, et de comprendre la construction de notre identité. (Bernard, M. C., Breton, H., & Jouet, E. 2021).

MODES D'ACTION DU MEDIATEUR DE SANTE PAIR et IMPACTS :



Auprès des usagers

Parole libératrice (honte, culpabilité)
Normalise l'expérience
Empathie et reconnaissance
Espoir, force, courage
Possibilité de rétablissement
Relation entre pairs: source de transformations
Reprise du pouvoir d'agir/autodétermination
Accompagnement à l'autonomie
Lutte contre la stigmatisation et l'auto stigmatisation
Soutien social / inclusion
Augmentation de l'insight
Augmentation de l'estime de soi et de la confiance en soi



Auprès des équipes de professionnels

Déstigmatisation
Augmentation de la motivation au travail
Synergie des savoirs
Croisement de regard
Renforcement de l'alliance thérapeutique
Accompagnement sur mesure
Transformation des pratiques
Espoir

EXEMPLES DE MISSIONS :

- Encouragement d'engagement dans le soin
- Rompre l'isolement
- Repérage dans l'offre de soins en psychiatrie
- Accompagnement des usagers en individuel ou en groupe
- Participation au groupe d'ETP (Éducation thérapeutique du patient) - MSP formé aux 40h d'ETP
- Création et co-animation de groupes de paroles
- Interventions/sensibilisation pour les professionnels de santé (représentation du métier de MSP)
- Promotion du métier (étudiant, pairs intéressés)
- Témoignages au service de la déstigmatisation
- Prévention en santé mentale
- Promotion de la santé et hygiène de vie
- Élaboration de thématiques/supports autour du rétablissement
- Faire le lien avec d'autres structures d'accompagnement
- Accompagner à la rédaction de Plans de Crise Conjointes / Directives Anticipées en Psychiatrie
- Aborder les freins et les ressources dans un processus de rétablissement
- Accompagnement dans l'utilisation d'outils d'auto-support (REVIM : Reprendre sa vie en mains...)



Mon intégration au sein de l'équipe