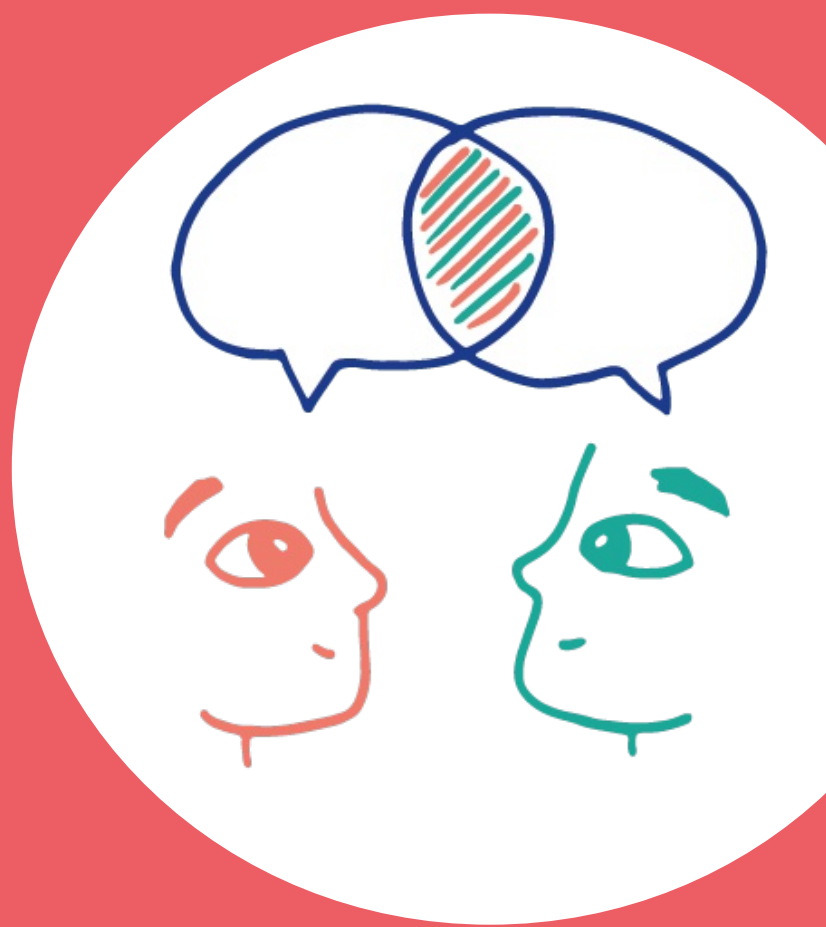


Quel est le rôle

du pair-aidant

en équipe mobile ?



PETIT GUIDE PRATIQUE  
A L'USAGE DES INTERVENANTS  
EN ÉQUIPE MOBILE PSYCHIATRIQUE



# Une équipe mobile psychiatrique

## Qu'est-ce que c'est ?

**Une équipe pluridisciplinaire composée de pairs-aidants, infirmiers et médecins psychiatres** orientée rétablissement intervenant en binôme à domicile (ou dans l'environnement proche de la personne) (sur le modèle FACT, suivi intensif flexible dans la communauté)

En renfort et en partenariat avec les équipes sanitaires et médicosociales, l'équipe mobile constitue une ressource réactive pour stabiliser la personne dans son milieu de vie et réduire les ruptures thérapeutiques et le recours à l'hospitalisation.

**Zone géographique d'intervention:**

**3e, 6e et 8e arrondissements de Lyon**

Vous pouvez contacter l'équipe mobile psychiatrique « Urgences COVID-19 » par email :

PoleCentreProjet-  
EquipesMobiles@ch-le-  
vinatier.fr

Un dispositif proposé par le Pôle Centre du CH Le Vinatier, soutenu par la Fondation de France dans le cadre de l'appel à projets "Urgence COVID-19. Tous unis contre le virus"

# Sommaire

- 1 Mieux comprendre la pair-aidance et le rétablissement, page 5
- 2 Le rôle du pair-aidant dans l'équipe mobile, page 6
- 3 Quelques exemples d'interventions, page 8
- 4 Le pair-aidant, un soignant ?, page 9
- 5 Retour des premières équipes mobiles, page 11
- 6 Pour en savoir plus, page 13

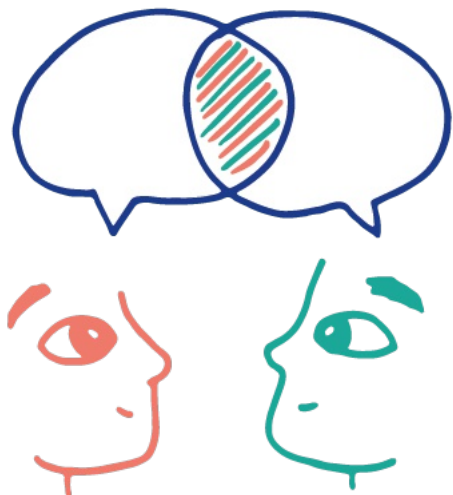
## Qu'est-ce que la pair-aidance en santé mentale ?

La pair-aidance en santé mentale repose sur l'entraide entre personnes présentant des troubles psychiques.

Le pair-aidant se définit comme suffisamment rétabli pour **apporter son soutien auprès de personnes souffrant de troubles psychiques**, dans une

relation d'aide. Il s'appuie notamment sur son **savoir expérientiel** pour amener ses pairs à mieux vivre avec leurs troubles et devenir acteurs de leur rétablissement, ainsi que sur une **formation spécialisée**, qui lui permet d'exercer en tant que professionnel.

## Un passé commun, un partage authentique



*" C'est la première fois que je peux parler avec quelqu'un qui a aussi eu des hallucinations ! "*

## Qu'est-ce que le rétablissement ?

C'est un processus à travers lequel on se **réapproprie son identité**, on retrouve son **autonomie**, on va vers ses **aspirations**. En somme, c'est la possibilité pour chacun de **mener une vie épanouissante, même avec un trouble psychique**.

*Le rétablissement n'est pas le privilège de certains patients exceptionnels.*

Patricia Deegan

Le pair-aidant est **porteur du rétablissement** ; en partageant ses expériences et stratégies, il vise à **redonner espoir et pouvoir d'agir** (empowerment) à la personne qu'il rencontre.

Il peut créer un **"effet miroir"** lorsque leurs vécus sont similaires. L'identification qui se crée développe une confiance spontanée et va dans le sens de la **déstigmatisation**.

## 2 Le rôle du pair-aidant en équipe mobile

L'équipe pluridisciplinaire peut se décliner en quatre types de binômes selon les interventions :

- infirmier / psychiatre
- **psychiatre / pair-aidant**
- **infirmier / pair-aidant**
- infirmier / infirmier



## Pourquoi un pair-aidant en visite à domicile (VAD)?

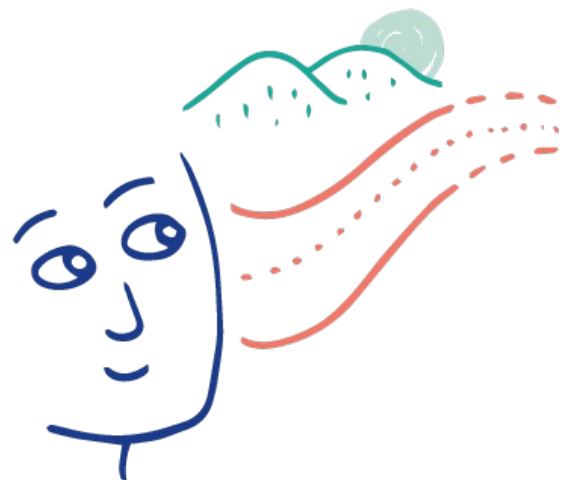


Au moment où l'on quitte l'hospitalisation, des questionnements, des doutes et bien souvent la peur de ne pas se remettre de l'épisode de crise peuvent être vécus. Le pair-aidant représente à lui-même **la preuve concrète qu'une personne souffrant de troubles psychiques et ayant connu des périodes de crises et même l'hospitalisation, peut se rétablir** et s'inscrire dans une stabilisation sur le long cours.

Un début de cheminement peut alors s'opérer chez la personne visitée, **un regain d'espoir peut l'aider à se remettre en action.**

Le processus d'identification à l'autre permet à la personne de questionner le pair-aidant sur son parcours, ses stratégies de gestion des signes avant-coureurs, la question de son traitement, l'hygiène de vie y correspondant etc., la visite au domicile permettant **d'aborder des détails importants du quotidien.**

Le pair-aidant témoignant de sa détermination à vouloir continuer de mener une vie épanouissante favorise un effet d'émulation.



## La posture du pair-aidant en VAD

- **Observer et se montrer présent à l'autre**
- Apporter un **échange parfois plus libéré**, moins formel de par sa posture de pair à pair
- Favoriser la **continuité du lien en soutenant ses paroles, ses efforts**
- **Valoriser** ses compétences et ses ressources
- **Suggérer ses propres astuces face aux difficultés du quotidien** : pilulier, alarmes, rappels, le plus petit pas possible etc...
- Ne pas vouloir à tout prix être utile et trop en faire ! Parfois, **la situation ne donne pas lieu d'intervenir !**

### 3 Quelques exemples d'interventions

Mme A. explique qu'elle se sent globalement bien mais qu'à la tombée de la nuit, des **angoisses** ressurgissent tous les soirs et qu'elles entraînent des **idées noires** alors que toutes les lignes d'écoute qui la soutiennent habituellement sont fermées. Elle ne sait pas comment gérer cette difficulté seule.

M. B. a souffert pendant plusieurs années d'addictions. Il est décidé pour le sevrage qu'il a

lui-même commencé. Il aimerait être soutenu pour trouver un emploi.

M. C. sort d'une hospitalisation de longue durée. Il entre pour la première fois de sa vie dans un logement, il semble avoir rapidement trouvé ses marques, répond à ses besoins mais souhaiterait **davantage se sociabiliser** pour se faire des amis.



## Comment intervenir ?

- Partager **ses méthodes contre l'anxiété**
- Etre force de proposition
- Parler de l'importance de l'hygiène de vie
- Partager ses échecs et sa **capacité de rebond**
- Valoriser **les ressources et les capacités de l'autre**

Ces interventions peuvent être intégrées dans une prise en charge de **psychoéducation** menée par le pair-aidant.

Il n'y a pas une seule façon d'intervenir, chacun apporte la sienne selon son propre vécu.

## 4 Le pair-aidant, un soignant ?

### Qu'est-ce que le pair-aidant peut apporter de plus par rapport à un soignant ?

Son expérience du **trouble psychique & du rétablissement**, ainsi que ses compétences professionnelles.

Lors du compte-rendu de visite, les ressentis peuvent être différents le pair-aidant et l'autre intervenant, les

partager met en lumière des éléments non perçus au premier regard. L'idée de **regards croisés** permet de gagner en exhaustivité et en pertinence.

Tout comme le pair-aidant peut s'inspirer de ce qu'il apprend auprès de ses autres collègues, l'inverse est aussi possible ! L'apprentissage est mutuel. Un vrai **partage de connaissances** s'opère entre chacun lors des entretiens.

**"Mais le pair-aidant est également un soignant comme les autres, il peut donc aussi..."**

- Avoir connaissance des antécédents médicaux de la personne visitée depuis son dossier médical
- Mettre en garde la personne visitée si celle-ci se met en danger
- Evaluer le potentiel suicidaire si la personne a des idées noires et solliciter une prise en charge qui soit adaptée
- Mettre en place des prises en charges telles que la psychoéducation



## 5 Retour des premières équipes mobiles

**Infirmier** : “Je me suis rapidement interrogé sur l’intensité des émotions qui peuvent être vécues lors des visites à domicile. Si le vécu du patient fait écho à celui du pair-aidant, j’imagine que ça peut être déboussolant. Quant au partage expérientiel, j’ai constaté qu’il invite parfois l’usager à livrer un élément douloureux de son histoire, réveillant peut-être des émotions difficiles mais souvent très utiles pour le soin. Je constate en fait que chacun a son propre recul et ses propres limites par rapport à son vécu ; le pair-aidant peut tout à fait s’exprimer quand le sujet fait écho ou bien refuser d’entrer dans les détails.”



**Médecin** : “J’étais plutôt enthousiaste dès le départ, sans imaginer que les visites avec un pair-aidant pourraient mobiliser davantage d’énergie, tout du moins au début. J’ai dû me montrer vigilante face aux réactions de mon collègue pair-aidant lorsque le patient parle, être plus attentive à ce que ça lui fait vivre ou lui renvoie... C’était un réflexe bienveillant que je n’avais jamais autant porté auprès de mes autres collègues. C’est pourtant un élément de vigilance à apporter lors de l’accueil d’un soignant, quel qu’il soit, dans nos équipes. Finalement, l’accueil de pair-aidants permet aussi de réfléchir sur sa propre pratique, et l’enrichir.”

**Pair-aidant** : “Pas facile de se positionner au départ, beaucoup de questions, des inquiétudes. L’observation semble être la meilleure posture pour commencer puis finalement, les premiers entretiens passés, on trouve rapidement ses marques. L’avantage des équipes mobiles, c’est que chaque trajet permet d’échanger sur nos ressentis et de déposer nos remarques à chaud. La notion de regards croisés prend alors tout son sens ; les perceptions de chacun se recourent et se complètent vers une compréhension parfois plus approfondie des besoins de la personne.”



**Infirmière** : « Je me demandais comment il était possible de mettre à profit son vécu expérientiel auprès des personnes accompagnées. Ce qui m’a aidé et rassuré c’est de pouvoir partager avec les pairs-aidants sur leurs parcours du trouble psychique et leur rétablissement. Cela a fait sens, j’ai vu le lien se créer dans l’accompagnement des personnes concernées. J’ai été surprise de la spontanéité et du lien de confiance qui se crée entre les pairs-aidants et les personnes accompagnées. Celles-ci se sentent comprises et ouvrent leur intimité, leur cœur. La relation de proximité est d’autant plus fluide et la parole se libère. Aujourd’hui je suis rassurée par le principe du travail en binôme, qui enrichit aussi la prise en charge pluridisciplinaire. »

### **Livret Intégrer un travailleur pair dans une équipe de santé mentale :**

<https://centre-ressource-rehabilitation.org/comment-integrer-un-travailleur-pair-dans-une-equipe-de-sante-mentale-un-petit>

### **L'association francophone des médiateurs de santé pairs (AFMSP) :**

Le but de l'AFMSP est de former, informer, conseiller, communiquer et de sensibiliser tous les publics professionnels ou non professionnels aux savoirs expérientiels, aux parcours de rétablissements des usagers en santé mentale, et plus particulièrement au savoir ainsi qu'à l'expérience des MSP.  
<https://www.afmsp.fr/>

**Les témoignages du blog « En tant que telle »** autour de la pair-aidance animés par Lee Antoine, médiateur de santé-pair :

<https://entantquetelle.com/>

**Le site PSYCOM** propose des fiches thématiques autour de la pair-aidance, des médiateurs de santé pair et de nombreuses ressources sur l'information et la déstigmatisation en santé mentale :

<https://www.psycom.org>

**Le CCOMS** a mis en place le programme "médiateur de santé pair" qui s'inspire des expériences étrangères d'intégration d'anciens usagers de la psychiatrie dans des équipes de soin en santé mentale. Celui-ci propose une formation niveau licence, associée à une activité professionnelle dans un service de psychiatrie :

<https://www.ccomssantemental.elillefrance.org>



PAIR AIDANCE  
EN SANTE MENTALE  
RHONE

