

« ENTRELIEN, Pratiques en santé mentale, Paire-aidance, entraide et connivence »

Gérard FERROUD

La **paire-aidance** est l'instauration d'entraide entre une personne rétablie et des personnes souffrant d'une pathologie psychique.

Le pair aidant prend appui sur le partage du vécu de son expérience au court de son parcours de rétablissement avec les personnes souffrant de maladies psychiques.

Le Bénéficiaire se trouve ainsi compris, ce qui l'apaise, soutenu, ce qui lui donne de l'espoir. C'est un rayon de soleil, une ouverture dans sa vie, le bout du tunnel en quelque sorte. La communication et l'accord des ressentis entre le bénéficiaire et le pair-aidant est favorisée par une empathie réciproque.

Cette nouvelle pratique a fait ses preuves et a obtenu des résultats notoires. ENTRELIEN en 4 ans avec 4 médiateurs pair a suivi 256 personnes, 1 seule a été hospitalisée. Les autres sont rétablies pour la plupart !

Le partage du vécu de la maladie et du parcours de rétablissement constitue le principe fondamental de la paire-aidance en santé mentale. Pour cela le pair aidant a besoin d'une formation solide, psychologie, communication, sociologie, supervision, etc. Le pair aidant n'est pas un animateur. La définition des spécificités de sa profession est complexe. Elle demande à être établie soigneusement.

Le partage d'expérience induit des effets positifs dans la vie des personnes souffrant de troubles psychiques ou de troubles associés au TSA (autisme), notamment en permettant de rompre l'isolement et en apprenant à « apprivoiser » sa maladie. La paire-aidance a une vocation de réhabilitation psychosociale et vise à permettre à l'individu de sortir du statut de « patient » pour devenir ACTEUR de son parcours de vie. La relation entre pair-aidant et le Bénéficiaire est un support. Elle développe son énergie et facilite sa prise de pouvoir sur sa vie (Le pouvoir d'agir) et s'ouvrir sur son rétablissement. Cette configuration, cette nouvelle prise de position participe à réduire, indéniablement, la stigmatisation.

En pratique, le pair-aidant partage avec ses pairs les expériences personnelles qui l'ont mené au rétablissement ainsi que les outils qu'il a lui-même expérimentés.

L'exemple de l'état de santé et des capacités d'un pair-aidant ayant l'expérience du rétablissement permet au Bénéficiaire de soin de reprendre confiance en son potentiel. Il lui permet de sortir de l'isolement et de réunir les conditions pour participer à la vie sociale (empowerment).