

Le rôle du pair aidant en santé mentale et en dépendance



Présenté par Geneviève Grenier
Paire aidante au CIUSSS Centre-sud-de-l'Île-de-Montréal
Au Centre d'Expertise et de Collaboration en Troubles
Concomitants

Introduction

- Définition du pair aidant

- Le pair aidant certifié [ou non certifié] est un membre du personnel qui, dans le cadre de son travail, divulgue qu'il vit ou qu'il a vécu un trouble mental ou de dépendance. Le partage de son vécu et de son histoire de rétablissement a pour but de redonner de l'espoir, de servir de modèle d'identification, d'offrir de l'inspiration, du soutien et de l'information auprès de personnes qui vivent des situations similaires à celles qu'il a vécues.

Ce qui distingue clairement les pairs aidants certifiés des autres intervenants, c'est l'obligation pour les titulaires d'un poste de pair aidant d'utiliser et de partager leur savoir expérientiel découlant de leurs propres expériences avec un trouble mental ou de dépendance et le rétablissement. **(AQRP)**



Origines de la paire- aidance

18e siècle (France) : Philippe Pinel et Jean-Baptiste Pussin valorisent l'entraide entre patients en psychiatrie.

1845 (Angleterre) : Création du *Lunatic Friends' Society*, premier groupe de soutien par les pairs en santé mentale.

1935 (États-Unis) : Fondation des *Alcooliques Anonymes* et la méthode des 12 étapes.

1971 (Canada, Vancouver) : Naissance de la *Mental Patients Association*, premier service canadien de soutien par les pairs

1990 (Québec) : Fondation de l'Association Québécoise de Réadaptation Psychosociale (AQRP)

2005 (Québec) : Intégration de la pair-aidance est dans le Plan d'action interministériel en santé mentale 2005-2010

2006 (Québec) : L'AQRP et L'APUR dépose projet au Ministère une stratégie d'embauche et d'intégration de pairs aidants

2008 (Québec) : Création du Programme *Pairs Aidants Réseau* de l'AQRP pour la formation des pairs aidants

2022 (Québec) : La pair-aidance est inscrite dans le Plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026 du gouvernement du Québec

Les principaux rôles

- Soutien émotionnel et écoute active
- Partage d'expérience vécue
- Orientation vers les ressources
- Renforcement de l'autonomie et de l'espoir
- Contribution au rétablissement
- Diminution de la stigmatisation

Valeurs du soutien par les pairs

- Espoir et rétablissement
- Autodétermination
- Empathie et égalité
- Dignité, respect et inclusion
- Intégrité, authenticité et confiance
- Santé et bien-être
- Apprentissage tout au long de la vie et croissance personnelle

Bénéfices pour les usagers

- Réduction du sentiment d'isolement
- Engagement accru dans les soins
- Amélioration de l'estime de soi
- Diminution de l'auto-stigmatisation

Bénéfices pour le système de santé

- Complémentarité avec les équipes cliniques
- Réduction des rechutes et hospitalisations (Galloway et Pistrang, 2019 ; Wood et Brown Padilla, 2019)
- Amélioration de la qualité des services
- Innovation dans l'accompagnement des familles

(Sources : CREMIS, Pair-aidance Québec, CMHA, Observatoire Proche Aidance)

Défis et limites

- Reconnaissance professionnelle et statut
- Formation continue et supervision
- Gestion des frontières relationnelles
- Risque d'épuisement, de recrudescence des symptômes et de rechutes



Témoignage d'intégration

- L'accueil: par l'équipe et par les usagers
- Défis: Clarification de mon rôle, mes limites (trouver la juste distance entre mon expérience personnelle et mon rôle professionnel), maintenir mon équilibre émotionnel, garder ma spécificité de paire aidante
- Stratégies d'intégration: Supervision, formations, soutien de l'équipe, intégration aux rencontres d'équipe
- Partage de mon vécu à l'équipe