

# Pair-aidance et travail social : la force du savoir expérientiel

L'augmentation des troubles psychiques parmi les personnes accompagnées vient profondément transformer et complexifier le travail social de terrain. Des approches complémentaires et novatrices sont nécessaires.

Texte : Charlène Tripalo, coordinatrice, et Andréa Ehretsmann, pair praticienne en santé mentale, Centre de compétences de la pair-aidance en santé mentale (ComPASM), Coraasp

Qui mieux qu'une personne ayant traversé une dépression ou un trouble psychique peut comprendre ce que vit quelqu'un-e en difficulté ? Cette question, longtemps restée en marge des pratiques, s'impose aujourd'hui de plus en plus dans le champ socio-sanitaire. Elle ouvre la voie à une nouvelle figure professionnelle : celle des pairs-aidant-e-s en santé mentale. Les professionnel-le-s du travail social disposent de compétences solides issues de leur formation et de leur expérience de terrain. Pourtant, dans l'accompagnement de situations complexes, notamment en santé mentale, une dimension reste difficilement accessible : celle du vécu de l'intérieur.

## Un savoir construit à partir du vécu

Le savoir expérientiel ne se résume pas au fait d'avoir été confronté à une difficulté psychique. Traverser une dépression, une hospitalisation ou une période de désorganisation peut profondément bouleverser une trajectoire de vie. Ce qui transforme cette expérience en ressource, c'est le travail de reconstruction qui suit : retrouver un quotidien, comprendre ce qui s'est joué, identifier ses propres stratégies de rétablissement.

Ce vécu peut être réfléchi, structuré et mobilisé pour être mis au service des personnes atteintes dans leur santé psychique. La posture de pair-aidant-e peut se professionnaliser si la personne souhaite en faire son activité professionnelle rémunérée. Il existe la possibilité de suivre une formation

certifiante de pair praticien-ne en santé mentale (PPSM). Les PPSM apprennent à utiliser leur histoire, non pas comme un témoignage brut, mais comme un outil d'accompagnement ajusté et encadré. Ils interviennent dans l'accompagnement clinique, l'enseignement, la recherche ou en politique dans la défense d'intérêts des personnes concernées.

## Une autre qualité de présence dans la relation

Sur le terrain, la présence d'un-e pair-aidant-e modifie souvent la dynamique de la relation d'aide. Être accompagné-e par une personne qui « sait ce que cela fait » de l'intérieur réduit la distance et les barrières habituelles grâce au phénomène d'identification. Pour les personnes concernées, cela signifie avoir moins le sentiment de devoir tout expliquer, d'être jugé-e, ou percevoir la possibilité d'un rétablissement. Cette identification a été démontrée comme un facteur important dans la reprise d'espoir et la mobilisation personnelle, renforçant le pouvoir d'agir<sup>2</sup> et <sup>3</sup>. Il ne s'agit pas d'une alternative au travail social, mais d'une autre manière d'entrer en lien, complémentaire aux approches existantes.

## Une ressource pour les équipes

Les pairs-aidant-e-s apportent un regard différent aux équipes socio-éducatives et sociales. Leur expérience leur permet de repérer des éléments subtils : un moment de découragement ou des signaux qui ne sont pas toujours explicites. Ces manifestations de sentiments de honte, de culpabilité ou d'autodévalorisation, sont parfois renforcées par certaines postures d'aide (faire à la place de l'autre, décider pour la personne, etc.) ou attentes institutionnelles.

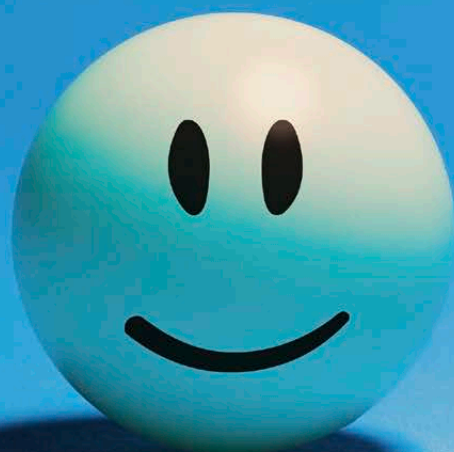
Dans un contexte marqué par des contraintes importantes, les professionnel-le-s sont exposé-e-s à des formes de tension et de fatigue émotionnelle. Les PPSM contribuent à questionner certaines évidences professionnelles, apportant une lecture « depuis l'intérieur » des parcours, enrichissant les échanges d'équipe et réduisant la stigmatisation.

## Une profession en construction

En Suisse romande, la profession se développe depuis les années 2010, mais suscite encore des interrogations :

## Formation en pair-aidance

**I**n Suisse romande, la HETSL, l'association romande Pro Mente Sana, Institut et Haute Ecole de la Santé La Source, l'association Re-pairs et la Coraasp proposent une formation certifiante : formation de pair praticien-ne en santé mentale, s'articulant en deux parties. La première : « Découvrir les chemins du rétablissement » portée par la Coraasp et la deuxième, certifiante, portée par la HETSL.



quel est son rôle exact ? quelle place dans l'équipe ? quelles limites d'intervention ? comment positionner cette formation dans le système suisse et comment facturer les prestations des PPSM ? Ces questions légitimes témoignent d'un changement de culture professionnelle : reconnaître que les savoirs issus de l'expérience ont une valeur équivalente, bien que différente, des savoirs académiques. Dans cette perspective, la pair-aidance ne vise pas à remplacer les professionnel-le-s, mais à élargir les ressources disponibles dans l'accompagnement et à penser autrement la complémentarité des savoirs.

Le Centre de compétences de la pair-aidance en santé mentale de la Coordination romande des associations d'action pour la santé psychique – la Coraasp – soutient ce développement en Suisse romande<sup>4</sup> avec une équipe composée de plusieurs PPSM : accompagnement des équipes souhaitant intégrer des PPSM, formation des pairs-aidant-e-s, sensibilisation des institutions et des politiques. De nombreux partenaires associatifs, académiques et institutionnels soutiennent cette dynamique. Plusieurs structures ont déjà franchi le pas – Hautes Ecoles de Santé, Hôpitaux universitaires, établissements médico-sociaux – le canton de Vaud soutient financièrement l'accès à la formation pour ses résident-e-s.

### Une évolution du travail social

L'intégration des pairs aidant-e-s interroge plus largement la manière dont se construit le travail social aujourd'hui : les personnes concernées ne sont plus seulement bénéficiaires d'un soutien, mais détentrices de savoirs utiles à la pratique.

Reconnaître la valeur du savoir expérientiel, c'est accepter que l'expérience de vie puisse devenir une compétence, lorsqu'elle est réfléchie, accompagnée et inscrite dans un cadre professionnel. La pair-aidance constitue un appui pour les équipes, offrant des espaces de compréhension partagée et contribuant à alléger certaines tensions liées à l'accompagnement. Dans cette logique, elle ouvre la perspective d'un travail social plus horizontal, où les différents types de savoirs – académiques, professionnels et expérientiels – se complètent pour mieux répondre à la complexité des situations de terrain. •

### Des troubles communs

Les données disponibles montrent que près d'une personne sur deux à l'aide sociale présente des difficultés psychiques, et qu'un quart souffre de troubles sévères impactant fortement le fonctionnement quotidien<sup>1</sup>.



### Littérature

- Provencher, H., Gagné, C., Legris, L. (2012), L'intégration de pairs aidants dans des équipes de suivi et de soutien dans la communauté: points de vue de divers acteurs, Synthèse des résultats de l'étude.
- Sticher L. & Bonsack C. (2017), Les pairs praticiens en santé mentale : une nouvelle profession en psychiatrie, *Revue Médicale Suisse* ; 13 p. 1614-1616
- Godrie B. (2022) Pairs aidant et intervention en Santé mentale. CREMIS.
- OMS, Rapport mondial sur la santé mentale : Transformer la santé mentale pour tous (2022)

### Notes

- <sup>1</sup> Initiative des villes pour la politique sociale & Union des villes suisses (2024). Aide sociale dans des villes suisses – Comparaison des indicateurs 2023. Berne.
- <sup>2</sup> Kern, R., Zarate, R., Glynn, S., Turner, L.R., Smith, K., Mitchell, S., Becker, D., Drake, R., Kopelowicz, A., Tovey, W., ... (2013) A Demonstration Project Involving Peers as Providers of Evidence-Based, Supported Employment Services Psychiatric Rehabilitation, *Journal American Psychological Association*, Vol. 36, No. 2, p. 99-107.
- <sup>3</sup> Maru, M., Rogers, E. S., Nicoletti, D., Legere, L., Placencio-Castro, M., Magee, C., & Harbaugh, A. G. (2021) Vocational peer support for adults with psychiatric disabilities: Results of a randomized trial. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 44(4), p. 327-336.
- <sup>4</sup> Il existe une faîtière suisse pour défendre le travail réalisé par les pairs professionnel-le-s et il existe Ex-IN Schweiz qui vise les mêmes objectifs que la Coraasp.