



PROJET « PAIR A PAIR »

CREATION D'UN DISPOSITIF D'AUTO-SUPPORT (SELF HELP)
CONÇU PAR LES PERSONNES CONCERNEES PAR UN TROUBLE
PSYCHIQUE

Projet
soutenu par

Fondation
de
France

GCSMS RéPsy

CENTRE AMBULATOIRE DE SANTE MENTALE
8 PLACE DU CONSEIL NATIONAL DE LA RESISTANCE
38400 ST MARTIN D'HERES

DESCRIPTION DU PROJET

En s'inspirant du modèle du COFOR sur Marseille, le RéPsy propose un projet éducatif complémentaire du soin, avec la mise en place de formations en auto-support (selfhelp), non qualifiantes, par et pour les pair.e.s, dans une optique de valorisation des compétences, du vécu, des expériences et du savoir expérientiel des personnes. Les intervenant.e.s seront rémunéré.e.s dans un cadre professionnel.

Ce projet est au service du rétablissement, adossé au programme d'éducation thérapeutique du réseau RéPsy. Il a donc pour finalité de favoriser l'alliance thérapeutique, la démocratie sociale et sanitaire ainsi que l'autodétermination des personnes.

OBJECTIFS :

Ce projet, en donnant l'opportunité aux personnes concernées de passer du statut de malade à celui de pair-format.eur.ice, leur permettra de reprendre confiance en elles, de susciter de l'espoir (pour elles et leur entourage), et de favoriser un sentiment réel et justifié d'utilité. De l'autre côté, en mobilisant leurs ressources et en développant leurs connaissances, les participant.e.s reprendront du pouvoir d'agir et se rendront act.eur.ice.s de leurs parcours.

Ce projet favorisera aussi une sensibilisation et une meilleure connaissance du handicap psychique au travers l'organisation des laboratoires d'expériences et d'initiatives.

HISTORIQUE :

Après consultation des professionnels du RéPsy en février 2022, une professionnelle, Amandine Rivet s'est engagée au suivi et à la mise en œuvre du projet.

Des "focus groupes" ont ensuite été organisés en mars 2022, auprès de personnes concernées. Cette concertation a permis d'entamer la co-réflexion et co-construction de ce projet, et déjà d'apporter des ajustements en fonction des ambitions des personnes concernées. Les ressources existantes ont été identifiées, les besoins et manques ont été répertoriés et plusieurs idées de modules d'auto-support ont émergé.

S'en est suivi la constitution d'un groupe porteur permettant la définition des objectifs et la planification du projet, composé de personnes concernées par un trouble psychique. Des financements ont été parallèlement demandés par le RéPsy (via Lou Philip et Léa Lamache).

Une enquête par questionnaire a ensuite été menée auprès des usager.ère.s du RéPsy sur les mois de juin et juillet 2022, afin d'identifier les thématiques des modules de formation.

Dans l'attente des réponses aux demandes de financements et du fait de changement interne à l'équipe du RéPsy, le projet a été mis sur pause durant les mois d'août à novembre 2022. Le groupe porteur s'est réuni à nouveau le 8 décembre 2022 et a entamé la construction des modules dès janvier 2023.

DESCRIPTION DETAILLEE DU PROJET

Actuellement, les financements obtenus par le RéPsy permettent de mettre en place une première expérimentation du projet sur sur 2023 et 2024.

Ce projet concerne toute personne adulte concernée par un trouble psychique (sans obligation de suivi ou de diagnostic), qui aurait le désir, dans son parcours de rétablissement, de se former sur les thématiques retenues. Nous désirons proposer des formations entièrement gratuites pour les participant.e.s. Nous retiendrons les auto-adressages et les adressages des partenaires du réseau (ex : SAMSAH, C3R).

Le projet comprend trois axes :

1. Des modules de formations en auto-support, co-animés par un.e pair.e-formateur.ice et un.e professionnel.le de santé

Deux modules de formation par an et par département seront proposés. Les modules se composent de 6 séances de 2 heures et devront comporter un mélange entre un apport théorique et un apport expérientiel.

A la vue des résultats de l'enquête effectuée auprès des usagers du RéPsy (43 réponses), les deux modules mis en place sur l'année 2024 seront les suivants :

- Gestion de l'anxiété/stress et gestion du temps
- Manque de motivation, difficulté de prise d'initiative

La trame des modules a été élaborée par le groupe de travail lui-même, en lien avec Amandine Rivet (ergothérapeute formée à la psychologie positive). Ces contenus ont été validés par le comité scientifique composé de représentant.e.s des structures adhérentes au RéPsy en juin 2023. Les 4 binômes d'animation (un par département) seront chargés d'étayer et de peaufiner le contenu de ces modules avant leur animation.

2. Des tutorats, constitués en binômes de personnes concernées, supervisés par le RéPsy.

Les tutorats seront mis en place sur deux mois dans l'année, par les pair.e.s-aidant.e.s mobilisé.e.s à raison d'une rencontre hebdomadaire. Des temps de supervision collectifs seront organisés par Amandine Rivet avec les pair-aidant.e.s à raison d'une rencontre hebdomadaire également ; afin d'assurer le suivi, de donner des conseils et de faire face aux difficultés et questionnements éventuels. Une rencontre individuelle avec Amandine sera également organisée en amont de la mise en œuvre de ces tutorats, pour préparer l'accompagnement ; ainsi qu'une rencontre en aval pour en faire le bilan.

3. Des laboratoires d'expériences et d'initiatives prenant des formes diverses (projections débat, conférences, tables rondes...) organisés en auto-support.

Les pair-aidant.es recruté.e.s auront pour mission d'organiser, à la fin d'une session de modules et de tutorat, un évènement à visée de sensibilisation et de déstigmatisation des troubles psychiques. Selon la thématique, ces laboratoires d'expérience prendront la forme appropriée : conférence, débat, table ronde, etc. Ils seront ouverts à différents publics (proches, professionnels, et/ou personnes concernées) et systématiquement portés par des personnes concernées.

RETROPLANNING

1. Réunion du groupe de travail : répartition en 2 sous-groupes pour la conception des modules (1 gestion de l'anxiété et du temps / 1 manque de motivation, difficulté de prise d'initiative). **réalisé le 08/12/2022**
2. Conception des modules de formation des deux thématiques retenues, coordonnée par Amandine Rivet. **Janvier 2023 – Juin 2023**
3. Organisation d'une introduction à l'éducation thérapeutique du patient (ETP) par Amandine Rivet, sur une demi-journée, en vue de la création et de l'animation des modules et des

coachings individualisés par les pairs. **Début février 2023**

4. Préparation au tutorat. Kollao, une association de personnes ressources en santé mentale, basée en Haute-Savoie et déjà mobilisée sur le projet, proposera une formation à la pair-aidance (sur une journée). **Mi-mars 2023**
5. Validation des contenus des modules par le comité scientifique. **Juin 2023**
6. Recrutement des professionnel.le.s et des pair.e.s formateur.ices. **Septembre-Novembre 2023**
7. Communication, inscriptions aux modules. **Fin 2023**
8. Mise en place du premier module de formation. **Janvier-mars 2024**
9. Mise en place des tutorats. **Mars-Avril 2024**
10. Mise en place du deuxième module de formation. **Mai-Juillet 2024**
11. Laboratoire numéro 1. **Octobre 2024 (pendant les SISM)**

SUIVI DU PROJET

La mise en œuvre du projet sera suivi par des indicateurs statistiques : nombres de réunion du groupe de travail et fréquentation du groupe de travail, mise en œuvre effective et fréquentation des différentes actions.

Pour l'évaluation de l'impact du projet, le RéPsy, via les expertises d'Elisabeth Giraud-Baro (médecin psychiatre coordinatrice du RéPsy), d'Amandine Rivet et l'aide de Julien Dubreucq (médecin psychiatre) mettra en place des critères permettant de mesurer l'augmentation des capacités des personnes (comparaison entre le début et la fin du projet). Le taux de satisfaction des bénéficiaires sur l'accompagnement proposé sera mesuré via un questionnaire et le rétablissement des personnes sera apprécié de manière qualitative et subjective par chacun.e d'entre elles.eux.