

Tirage: 68464  
Poids: Présentation de la page, grand format



8. septembre 2018

SANTÉ PAGE 26

## Partager son vécu des troubles psy est un métier

**Les pairs praticiens en santé mentale font leur entrée dans les soins psychiatriques. Une petite révolution, qui doit encore faire son chemin dans les grands services hospitaliers comme les HUG et le CHUV**

Chloé Banerjee-Din

«Personne ne veut souffrir de troubles psychiques. Mais on peut vivre avec et transformer cette expérience en quelque chose de positif.» Carole Mock sait exactement de quoi elle parle. Depuis l'âge de 18 ans, elle a vécu au rythme des dépressions et des hospitalisations. Dix, si elle fait le compte. Études interrompues, relations destructrices, tentative de suicide: aujourd'hui quarantenaire, elle est toujours là pour en parler, mais aussi, pour donner un message d'espoir. C'est même devenu son métier.

Depuis janvier dernier, Carole Mock travaille en tant que paire praticienne en santé mentale, une profession qui n'existait pas en Suisse romande il y a encore quelques années. Engagée à 30% par le Groupe romand d'aide et d'action psychiatrique (GRAAP) à Lausanne, elle y anime des groupes de parole pour des personnes souffrant de troubles psychiques. Comme elle. Jusque-là ce rôle était assumé par une psychologue, autant dire que ce passage de témoin est un vrai changement de philosophie. «Il est forcément plus facile de se confier à quelqu'un qui a partagé la même souffrance que soi. J'aurais aimé avoir cette possibilité dans mon propre parcours.»

Elle l'admet, ses problèmes de dépression l'accompagneront sans doute toujours. Mais depuis quatre ans, elle a repris le contrôle de sa vie. C'est d'ailleurs l'une des conditions pour exercer l'activité de pair praticien: «Un aspect important de notre rôle est de montrer qu'il est possible de s'en sortir, même si en matière de troubles psychiques, on ne parle pas de guérison, mais de rétablissement.» La thérapie par l'exemple?

«Je ne suis pas là pour donner des recettes! Par contre, je peux aider les gens à comprendre qu'eux aussi ont des connaissances qui leur permettent d'avancer et que tout le savoir n'appartient pas aux médecins.» Les pairs praticiens n'apportent pas seulement un autre regard aux patients, mais aussi aux soignants.

«Comprendre l'autre est quelque chose que nous avons dans nos tripes, alors que les soignants peuvent avoir des attitudes qui vont à contresens. Pour le patient, cela peut paraître évident, mais encore faut-il pouvoir le dire. Notre fonction permet de faire passer ce message», relève Cédric Goedecke, qui pratique son activité en indépendant. De quoi bouleverser les habitudes dans le domaine des soins psychiatriques.

À ce jour, une petite dizaine de personnes exercent en tant que pairs praticiens en Suisse romande. Pourtant, une formation certifiante existe depuis 2013 déjà de ce côté de la Sarine. Deux volées, soit 28 professionnels, ont obtenu leur diplôme à l'École d'études sociales et pédagogiques à Lausanne (EESP), mais les postes sont presque tous à temps partiel, et les places sont chères, surtout dans les grandes institutions.

Le Centre Neuchâtelois de Psychiatrie dispose ainsi d'un temps partiel, les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) aussi. Au CHUV, en revanche, deux postes créés entre 2016 et 2017 dans le cadre d'un

projet pilote n'ont pas été renouvelés. «L'expérience a eu un bon écho, mais le souhait du CHUV serait d'intégrer le monde associatif afin de pouvoir financer la poursuite du projet», explique Vincent Schneebeli, directeur des soins au Département de psychiatrie.

«Les pairs praticiens sont déjà bien intégrés dans les dispositifs de soin en Amérique du Nord, défend Oriana Brücker, chargée de projet à la Fondation Pro Mente Sana et coresponsable de la formation de l'EESP. Plusieurs études montrent que l'on obtient de meilleurs résultats dans les services qui emploient des pairs.»

Ce type d'études font toutefois encore défaut en Suisse romande. L'École de la Source, à Lausanne, vient ainsi de créer deux postes de pairs actifs dans la recherche et l'enseignement. Quant au CHUV, il cherche des financements pour un deuxième projet pilote, afin de collecter des données sur l'impact des pairs praticiens et poser les bases de leur intégration dans l'organisation des soins.

Pendant ce temps, les HUG viennent de passer un cap en pérennisant cette fonction. Andrea Ehretsmann y travaille depuis février 2015 déjà, mais bénéficie depuis le début de l'année d'un poste à durée indéterminée, à 20%, qu'elle occupe en parallèle à d'autres activités. Après avoir vécu des années avec la dépression, elle mène des entretiens individuels et anime des groupes de patients.

Le but: les aider à reprendre leur vie en main selon une méthode qu'elle a elle-même développée. «Il s'agit de partager une boîte à outils pour gérer soi-même sa maladie, un peu comme le feraient les diabétiques.» Si Andrea Ehretsmann a réussi à faire reconnaître son apport, il reste du chemin à faire pour obtenir plus de moyens.

«C'est comme l'écologie, tout le monde est d'accord sur le principe. Les choses se compliquent lorsqu'il s'agit d'intégrer cette nouvelle fonction dans une structure de soins. Force est de constater que l'on n'a pas encore passé la seconde», commente Philippe Huguélet, médecin responsable de secteur au service de psychiatrie adulte des HUG.



---

## L'entraide entre patients lentement reconnue

La première reconnaissance de l'apport des pairs en psychiatrie remonterait à la fin du XVIIIe siècle, en France. Jean-Baptiste Pussin, qui travaillait à l'Hôpital Bicêtre, puis à la Salpêtrière, à Paris, recommandait alors de recruter autant que possible le personnel parmi les «aliénés guéris». Mais c'est au XXe siècle que l'entraide entre patients commence à prendre la forme d'un véritable mouvement.

Les pionniers en la matière sont les Alcooliques anonymes dans les années 30. C'est ensuite l'activisme de patients et d'ex-patients de services psychiatriques aux États-Unis qui a abouti, dès les années 80, à l'émergence de la fonction de pair praticien en milieu institutionnel. Aujourd'hui, leurs prestations sont remboursables dans 35 États américains. Les anciens patients ont également une place reconnue dans le système de santé au Québec et aux Pays-Bas notamment.

En Suisse, le mouvement est plus récent. Des formations pour les pairs praticiens existent en Suisse allemande depuis le début des années 2000. Plusieurs pairs travaillent en milieu hospitalier dans le canton de Berne, et un travail de reconnaissance de leur statut est en cours dans les Grisons. À Genève, les prestations reçues aux HUG sont désormais remboursables par la LAMal.

© 24 Heures