

Pairencia

Accompagnement en santé mentale par des pairs

Un projet porté par l'Association Parole

La mission de "Pairencia" consiste à proposer un accompagnement et une compréhension différentes et complémentaires des difficultés psychiques aux personnes atteintes dans leur santé mentale, à leurs proches et aux professionnel·les en promouvant les compétences professionnelles des pairs praticien·nes en santé mentale (PPSM) sur le territoire du Canton de Genève.

NAISSANCE DU PROJET

Certaines personnes touchées dans leur santé mentale sont isolées et ne répondent pas favorablement aux accompagnements existants, parvenant difficilement à se réinsérer socialement et à entamer un processus de rétablissement. Ne bénéficiant pas de soutien, ces personnes voient leur état se péjorer, engendrant un recours plus fréquent aux urgences, des risques de ré-hospitalisation qui surchargent les systèmes de soin et les proches souvent épuisés.

L'expérience de terrain ainsi que des études récentes ont montré l'importance des apports des pairs et leur impact sur les chemins de rétablissement des personnes concernées. De telles situations démontrent la plus-value de l'importance du soutien apporté par des personnes ayant vécu une expérience similaire à la leur.

LE PROJET

La création d'un collectif appelé "Pairencia", constitué de PPSM visant à apporter une réponse aux besoins d'accompagnement :

- de personnes adultes réticentes à un suivi institutionnel
- de personnes ayant un suivi existant et nécessitant un soutien complémentaire
- de patients hospitalisé nécessitant un soutien pour préparer leur sortie
- de proches
- de professionnels

POINTS FORTS DU PROJET

- Réduction des risques de rechute et d'hospitalisation
- Réinsertion sociale et citoyenne
- Maintien à domicile
- Soulagement des proches-aidants
- Déstigmatisation des troubles et maladies psychique
- Apport d'un regard croisé basé sur le savoir expérientiel
- Valorisation du rôle des PPSM

1. LES PAIRS PRATICIEN·NES EN SANTÉ MENTALE (PPSM)

Nouvellement arrivés dans le champ de la santé mentale, les PPSM sont des professionnel·les de la santé qui ont souffert de troubles psychiques ou d'addiction. Les PPSM ont suivi une formation leur donnant, d'une part, les moyens d'analyser et comprendre leur parcours pour l'intégrer à leur chemin de rétablissement, et d'autre part, des outils pour proposer des services basés sur leur expertise, tant aux personnes en difficulté qu'aux professionnel·les.

Par leur expérience de la souffrance psychique, les PPSM apportent une vision novatrice des difficultés rencontrées, tant auprès des bénéficiaires, des proches et des professionnel·les et s'insèrent naturellement dans une collaboration avec le réseau de soins de la personne concernée.

Ces professionnel·les d'un nouveau type incarnent le modèle du rétablissement en apportant aux patient·es un espoir et une forme de recul (tiré de leur propre expertise) propices à donner du sens aux difficultés rencontrées et encourageant l'autodétermination.

2. MISE EN PLACE

L'accompagnement vise une réinsertion sociale, dans un esprit de collaboration avec les différentes structures du réseau genevois dont les services psychiatriques ou les psychiatres installés. L'équipe opérationnelle est composée en majorité de PPSM (ou personnes ayant une expérience et une formation équivalentes) et d'un·e professionnel·le du champ de la santé mentale.

Les demandes d'intervention peuvent être faites par les personnes concernées elles-mêmes ou par un tiers (la personne est informée de la nature de la demande et peut refuser l'accompagnement). Les modalités de prise de contact se font via un système de permanence téléphonique directe, par répondeur ou par e-mail.

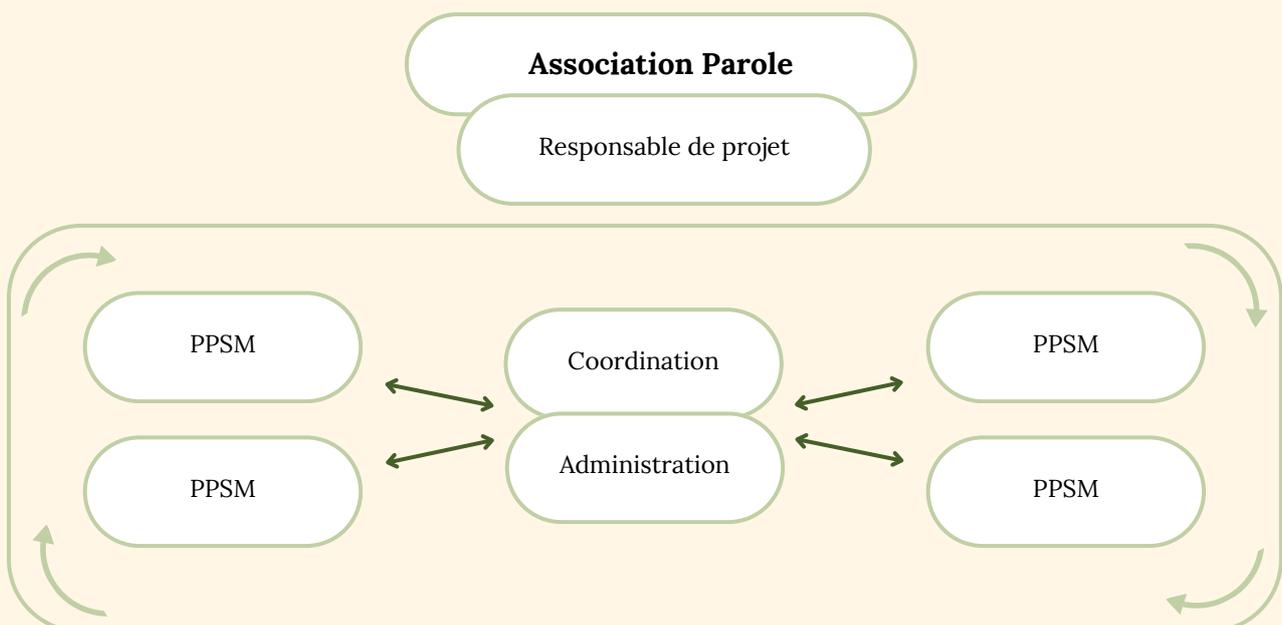
L'équipe de Pairencia répond dans les 48 heures ouvrables, proposant un premier contact permettant d'évaluer la demande et de mettre en place un suivi personnalisé adapté.

3. LES BUTS DE PAIRENCIA

- Prévenir les risques de rechute et d'hospitalisation.
- Donner la possibilité à des patient-es de bénéficier du savoir expérientiel d'ex-patient-es.
- Valoriser les apports des PPSM dans le champ de la santé mentale.
- Donner aux professionnel·les, de nouvelles clés de compréhension des vécus liés aux difficultés psychiques.
- Soulager les proches-aidants qui doivent faire face à des situations complexes.
- Stimuler l'autodétermination des personnes concernées (sortir de l'isolement, soutenir la réinsertion sociale, favoriser l'autonomie).
- Permettre aux personnes qui souffrent de difficultés psychiques de s'orienter dans le quotidien.
- Soutenir les personnes dans leurs projets et dans l'amélioration de leur qualité de vie en valorisant les ressources personnelles.
- Retrouver leur propre équilibre, en termes de santé mentale.

4. L'EQUIPE

L'équipe est constituée de quatre postes de PPSM, d'un poste d'administration, d'un poste de coordination et d'un poste de responsable de projet.



5. CHAMPS D'ACTION

Pour les personnes concernées

- Accompagnement au retour à domicile après hospitalisation
- Accompagnement lors d'une crise ou d'une période difficile
- Accompagnement dans les actes du quotidien (rendez-vous hors domicile, gestion administrative, organisation, courses, etc...)
- Soutien dans le chemin du rétablissement
- Médiation avec l'entourage (proches, professionnel·les, entourage)
- Orientation selon les besoins, vers les services adéquats (en collaboration avec le réseau de la santé mentale genevois)

Pour les professionnel·les

- Apport d'expertise
- Analyse de situation du point de vue des personnes concernées
- Relais entre patient·es et équipes
- Participation à des réseaux
- Médiation
- Orientation dans le réseau associatif
- Apport du point de vue des patient·es

Pour les proches

- Soulagement dans l'aide apportée au quotidien
- Allègement de la charge émotionnelle
- Mise en lien (traduction) du vécu des personnes concernées avec leurs difficultés
- Médiation
- Apport d'espoir

« Le déclic, c'est quand j'ai vu dans ses yeux que même si moi j'y croyais plus, elle, elle y croyait pour moi, parce qu'elle savait ce que je traversais »

6. LES IMPACTS DU PROJET

Nous pensons que l'arrivée du dispositif Pairencia dans le champ socio-sanitaire genevois aura de nombreux impacts tels que la réduction des coûts d'hospitalisation et de prise en charge ainsi qu'un soulagement du système de soins existant.

Réduction des risques de rechute et d'hospitalisation

La modélisation des étapes du rétablissement souligne combien la conscientisation est importante pour qu'une personne puisse commencer à prendre par elle-même la responsabilité de son processus de rétablissement. C'est souvent face à cette étape que certain-es patient-es se sentent incompris et tendent à rechuter.

Dans cette perspective, le rôle des PPSM est essentiel. A ce moment-là en particulier, connaître de l'intérieur ce cheminement est un réel atout pour pouvoir maintenir un lien avec une personne en rupture.

En offrant aux personnes rétives aux structures en place l'occasion de prendre soin de leur situation psychique différemment, Pairencia veut briser un cycle qui peut se définir comme suit : hospitalisation, sortie, déni des difficultés, refus de suivi, rechute, ré-hospitalisation, etc.

Réinsertion sociale et citoyenne de personnes vulnérables

Par son excellente connaissance du réseau associatif et institutionnel genevois, Pairencia souhaite créer des liens privilégiés entre les services appropriés aux besoins des personnes concernées.

Grâce à une connaissance personnelle de l'isolement et de l'exclusion sociale, les PPSM offrent la possibilité que des personnes très en marge du système reprennent en main leur citoyenneté et entreprennent ou poursuivent leurs parcours vers une réelle réinsertion sociale, et/ou, professionnelle.

Maintien des personnes à leur domicile

Durant une période d'instabilité psychique ou après une hospitalisation, de nombreuses personnes ont besoin d'un soutien pour retrouver les gestes du quotidien qui leur permettent d'être suffisamment autonomes pour continuer à vivre dans leur propre domicile.

Comprenant ce que représente un retour d'hospitalisation après une crise, les intervenant·es de Pairencia sont à même d'accompagner ces personnes.

Soulagement des proches·aidant·es

Les proches, souvent très sollicités, peuvent se fatiguer sur la durée et se trouver eux-mêmes en difficulté, en particulier lorsque les personnes qu'ils accompagnent refusent d'être aidées.

L'expérience des PPSM en tant qu'ex-patient·es, permet d'aborder des situations complexes en offrant de nouvelles perspectives d'accompagnement.

Déstigmatisation de la souffrance psychique

L'expertise des PPSM auprès du réseau professionnel contribue à un changement de point de vue sur les troubles psychiques.

Sur un plan sociétal, l'impact de Pairencia participe à la déstigmatisation des troubles psychiques et à une remise en question des idées reçues sur la santé mentale.

Par ailleurs, Pairencia soutient aussi les PPSM engagés dans leur propre processus de rétablissement. En leur donnant reconnaissance et légitimité.

CONTACT

info@pairencia.ch