

VET_{MH}

©

TUT+3

Peer Support

PAT - PEER AND TEAM SUPPORT



Co-funded by
the European Union

— Intro

La pair-aidance dans le domaine de la santé mentale

Le soutien par les pairs en santé mentale n'est pas une pratique innovante. Il se développe dans le monde entier.

La pair-aidance est un soutien mutuel entre personnes ayant vécu des expériences similaires, notamment en matière de santé mentale ou de toxicomanie. Il repose sur le partage des expériences et des connaissances acquises au fil du temps afin de favoriser le rétablissement et l'autonomisation.



L'OMS reconnaît les soins par les pairs comme une approche complémentaire aux soins de santé traditionnels, qui peut améliorer la qualité de vie et le parcours de rétablissement. Le projet ERASMUS Tuto3, axé sur le PAT (Peer and Team Support) dans le domaine de la santé mentale, représente une approche pionnière dans l'amélioration des systèmes de soutien à la santé mentale.

Cette initiative est porteuse d'espoir et d'innovation dans le domaine du bien-être mental. Elle vise à tirer parti du pouvoir de la communauté, de l'empathie et des expériences partagées pour favoriser un environnement plus favorable aux personnes confrontées à des problèmes de santé mentale. En mettant l'accent sur le soutien des pairs et de l'équipe, le projet Tuto3 reconnaît l'impact profond que la connexion et la compréhension peuvent avoir sur le parcours de santé mentale d'un individu.



The TUTO3 PROJECT

Le PROJET TUTO3 est une initiative qui aborde les aspects émotionnels et cliniques de la santé mentale. La nature innovante du projet Tuto3 réside dans sa compréhension du fait que le rétablissement et le soutien en matière de santé mentale sont multidimensionnels et propres à chacun. Le projet promeut des soins de santé mentale plus inclusifs, plus efficaces, en créant des environnements où les personnes se sentent reconnues, entendues et soutenues à la fois par leurs pairs et par les professionnels. Au fil de sa construction, le projet Tuto3 a permis de valoriser que le soutien par les pairs tend à remodeler la façon dont la société aborde la santé mentale, en la rendant plus accessible, plus empathique, et plus adaptée aux besoins de ceux qu'elle cherche à aider.

Le soutien par les pairs, pierre angulaire du projet Tuto3, repose sur le principe selon lequel les personnes qui ont surmonté leurs propres problèmes de santé mentale peuvent offrir une vision unique, une empathie et des conseils particulièrement avisés à d'autres personnes confrontées à des difficultés similaires. Cette approche contribue non seulement à déstigmatiser les problèmes de santé mentale, mais aussi à redonner le pouvoir aux individus en validant leurs expériences et en favorisant un sentiment d'appartenance à une communauté. De même, la pair-aidance déployée au sein d'une équipe amplifie cet effet en créant des réseaux de soutien structurés, combinant les conseils d'un professionnel avec le caractère relationnel et immédiat du soutien par les pairs. Cette double approche garantit un système de soutien complet qui aborde à la fois les aspects émotionnels et cliniques de la santé mentale.

— MODALITÉS

Les pairs-aidants apportent un soutien et un accompagnement à leurs pairs, en tant que personnes qui vivent des situations similaires. Ils trouvent leur pertinence dans de nombreux domaines où les événements de la vie ont pu laisser des traces, parfois indélébiles, des périodes dont il est difficile de se remettre. Ils partagent les connaissances, les stratégies et les outils qu'ils ont développés au cours de leur propre parcours de rétablissement.

Ils incarnent l'espoir, la certitude qu'il est possible d'aller mieux, de reprendre sa vie en main. Se rétablir, c'est se réapproprier ce qui nous appartient déjà, notre propre vie. Le programme vise à faciliter le déploiement des pairs-aidants en santé mentale en renforçant le degré d'expertise des différents acteurs: les pairs-aidants, mais aussi les institutions, les équipes de soins, et les associations de pairs aidants en Europe et ailleurs.





— Soutien et durée du projet

Le projet PAT est un projet Erasmus+ ka220 cofinancé par l'Union Européenne
Il s'est étendu sur 36 mois, et prendra fin en janvier 2025

Partenariat



Le projet est soutenu par des organisations de 7 pays différents, des associations de pairs aidants et des universités, sous la coordination du Centre Hospitalier Neuro-Psychiatrique Saint-Martin.

Ces organisations contribuent à la production de connaissances et d'outils innovants et les valident sur la base de l'expérience des pairs aidants.

Centre Neuro Psychiatrique St-Martin, Namur



Établissement Public de Santé Mentale Lille-Métropole / Centre collaborateur de l'OMS pour la recherche et la formation en santé mentale



Universitatea Aurel Vlaicu Din Arad



Peer and Team Support, ASBL, Namur



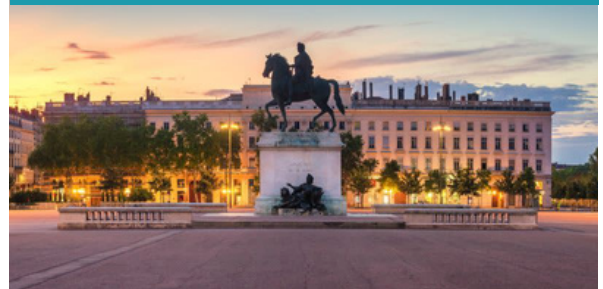
Partenariat



Haute Ecole de la Province de Namur



Espairs Pair Aidance Santé Mentale Rhône ,
Lyon



Grupo de Investigación en Salud Mental en
Primera Persona, Barcelona



Centre intégré universitaire de santé et de
services sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal



Inland Norway University of Applied Sciences



Universität ULM





Encourager l'innovation et l'échange de pratiques sur ces thèmes.

Renforcer l'emploi des travailleurs-pairs en consolidant leur profil professionnel et l'adéquation de leur formation à leurs besoins sur le terrain.

Mieux préparer les équipes professionnelles à accueillir et intégrer les pairs aidants dans leurs pratiques: accompagner l'équipe tout au long du processus d'intégration.



Intégrer le soutien par les pairs de manière plus structurelle dans le parcours de soins.

— OBJECTIFS DU PROJET

LES RÉSULTATS DU PROJET

Augmenter le niveau d'expertise des différents partenaires, des professionnels de la santé mentale et des autres parties prenantes, concernant la valeur ajoutée du soutien par les pairs dans le parcours de rétablissement.

Proposer de développer les compétences professionnelles des travailleurs-pairs.

Favoriser la création d'outils disponibles au niveau européen pour tous les acteurs de la santé mentale.

Favoriser l'intégration des pairs aidants en soutenant la création d'emplois de qualité.



Créer et consolider un réseau européen d'organisations variées et complémentaires autour de résultats innovants en matière de santé mentale et se rapprocher des leaders mondiaux (Canada) en matière de rétablissement et de formation des travailleurs-pairs.

Participer à la déstigmatisation du secteur de la santé mentale en général et des usagers en particulier en créant des liens entre les structures de soin, le secteur de la formation pour adulte, et les associations d'usagers de la santé mentale.



TUTO3 PAT

RESULTS

RÉSULTAT NUMÉRO 1

Un référentiel de compétences pour les pairs aidants en santé mentale.

RÉSULTAT NUMÉRO 2

Un référencement des différentes modalités de formation pour les pairs aidants.

RÉSULTAT NUMÉRO 3

Inclure les pairs aidants dans les équipes : contenus de formation pour les professionnels de la santé mentale.

RÉSULTAT NUMÉRO 4

Un cadre méthodologique pour soutenir l'intégration des pairs aidants dans les équipes de soins en santé mentale.

RÉSULTAT NUMÉRO 5

Développement d'un MOOC (Cours en ligne ouvert et massif).



Ce projet a été cofinancé avec le soutien de la Commission européenne - Programme Erasmus+ (CE). Cette publication reflète uniquement les opinions de l'auteur. Par conséquent, la CE ne peut être tenue responsable de l'utilisation qui pourrait être faite des informations contenues dans cette publication.

LES RÉSULTATS DU PROJET

Le développement d'un référentiel de compétences pour les pairs-aidants est une étape cruciale dans la reconnaissance et la promotion de leur place et de leur rôle au sein des services de soins en santé mentale. Ce cadre doit identifier les compétences, les connaissances et les attitudes fondamentales requises pour soutenir efficacement les personnes en quête de bien-être mental. Il s'agit notamment de la capacité à établir la confiance, de la juste reconnaissance des expériences d'autrui, d'un apprentissage des limites professionnelles, et d'une réflexion individuelle sur la question de l'éthique professionnelle.

Parallèlement, la création d'un référentiel de compétences commun aux pair-aidants garantira la qualité et la cohérence de leur formation. Ce référentiel pourrait détailler les modules de formation essentiels, tels que les techniques d'écoute active, la gestion de crise, la confidentialité et la navigation dans le système de soins de santé mentale. Le matériel de formation connexe doit être conçu de manière à être accessible et interactif, en

matériel de formation connexe doit être conçu de manière à être accessible et interactif, en utilisant divers formats tels que des vidéos, des études de cas et des simulations pour faciliter l'apprentissage.

Pour soutenir l'intégration des pairs aidants dans les équipes de santé mentale, un cadre méthodologique doit être mis en place. Ce cadre devrait inclure des guidances pour la supervision, le soutien continu et l'évaluation des contributions des pairs aidants, tout en reconnaissant la valeur unique de leur expérience vécue. Enfin, le développement d'un MOOC (Massive Open Online Course) spécifiquement dédié à la formation des pairs aidants et des professionnels de la santé mentale pourrait grandement contribuer à la diffusion des bonnes pratiques et à la sensibilisation à l'importance du soutien par les pairs. Ce MOOC pourrait servir de ressource accessible à tous, favorisant ainsi une meilleure compréhension et intégration des pairs aidants dans les services de santé mentale au niveau mondial.





RESULTAT NUMÉRO



II

Un profil de formation normalisé pour les pairs aidants

Ramona Hiltensperger, Selina Girit, Ellen Epple, Bernd Puschner et le groupe d'étude Tuto3-PAT

Section Processus-Résultat Recherche, Département de Psychiatrie II, Université d'Ulm, Allemagne

Dans le monde entier, y compris dans la plupart des pays européens, les pairs aidants reçoivent une formation pour les préparer à leur rôle. L'efficacité du soutien par les pairs varie en raison des différences considérables dans la façon dont la formation est dispensée. Ainsi, l'objectif de cette production est d'élaborer un profil standardisé de formation en soutien par les pairs.

Étape 1 : Aperçu des programmes de formation à la pair-aidance

Afin de développer un référentiel de formation pour les pairs aidants, nous avons recherché les programmes de formation disponibles. Nous avons trouvé plus de 60 programmes de formation à la pair-aidance dans le monde entier.



Étape 2 : Comparaison des programmes de formation pour les pairs aidants

Les programmes de formation ont ensuite été comparés sur plusieurs aspects, par exemple le contenu des sessions de formation. 15 modules généraux de formation ont été identifiés comme figurant dans la majorité des programmes de formation (tableau 1).

Un profil de formation normalisé pour les pairs aidants

Ramona Hiltensperger, Selina Girit, Ellen Epple, Bernd Puschner et le groupe d'étude Tuto3-PAT

Section Processus-Résultat Recherche, Département de Psychiatrie II, Université d'Ulm, Allemagne

Dans le monde entier, y compris dans la plupart des pays européens, les pairs aidants reçoivent une formation pour les préparer à leur rôle. L'efficacité du soutien par les pairs varie en raison des différences considérables dans la façon dont la formation est dispensée. Ainsi, l'objectif de cette production est d'élaborer un profil standardisé de formation en soutien par les pairs.

Étape 1 : Aperçu des programmes de formation à la pair-aidance

Afin de développer un référentiel de formation pour les pairs aidants, nous avons recherché les programmes de formation disponibles. Nous avons trouvé plus de 60 programmes de formation à la pair-aidance dans le monde entier.



Étape 2 : Comparaison des programmes de formation pour les pairs aidants

Les programmes de formation ont ensuite été comparés sur plusieurs aspects, par exemple le contenu des sessions de formation. 15 modules généraux de formation ont été identifiés comme figurant dans la majorité des programmes de formation (tableau 1).

TABLEAU 1 : MODULES DE FORMATION IDENTIFIÉS

MODULE

DESCRIPTION DU MODULE

Rétablissement

Les pair-aidants sont initiés au cours de leur formation au concept de rétablissement personnel, en se concentrant sur l'expérience du rétablissement et le soutien orienté vers le rétablissement.

Inclusion et soutien de la famille et de la communauté

Importance de mettre en place des systèmes de soutien au sein des familles et des communautés, de promouvoir l'inclusion par le réseautage, la connexion et le trilogue.

Compétences

Les pair-aidants acquièrent une variété de compétences essentielles à la pair-aidance, notamment la résolution de problèmes, les stratégies d'adaptation, les compétences technologiques, la rédaction, les compétences de présentation, les capacités d'organisation et l'intervention en cas de crise.

Pair-aidance et utilisation de l'expérience

Introduire des théories et des concepts de soutien par les pairs, explorer les relations entre pairs et utiliser des expériences personnelles pour soutenir efficacement les autres.

Communication

Des principes tels que l'écoute active et réfléchie, la compréhension, la résolution de conflits, la rétroaction, l'approfondissement et l'entrevue motivationnelle.



TABLEAU 1 : MODULES DE FORMATION IDENTIFIÉS

MODULE

DESCRIPTION DU MODULE

L'évaluation

Évaluations fondées sur le rétablissement, évaluations des besoins, évaluations de la santé personnelle et réalisation d'entrevues pour des examens et des évaluations.

Relations et rôles

Descriptions de rôles pour les pairs aidants, la dynamique des relations interpersonnelles et thérapeutiques et l'importance de donner l'exemple.

Paramètres du groupe

Concevoir et mettre en œuvre des groupes, comprendre la dynamique de groupe et diriger des discussions de groupe efficaces.

Stigmatisation

L'impact de la stigmatisation sur la santé mentale, y compris l'autostigmatisation intériorisée, et les conséquences socio-émotionnelles de la stigmatisation.

Formation sur le lieu de travail

Préparer les participants à travailler dans des environnements professionnels, tels que les services de santé mentale, en prenant en compte les spécificités du rôle de pair-aidant.



Étape 3 : Élaboration d'un référentiel de formation

Dans l'étape suivante, 73 experts internationaux et intervenants dans le domaine du soutien par les pairs en santé mentale (par exemple, des travailleurs de soutien par les pairs, des décideurs) nous ont aidés à déterminer lesquels de ces éléments sont essentiels pour la formation de base au soutien par les pairs, et lesquels sont plus pertinents à un stade avancé ou pour un soutien par les pairs spécialisé. Les participants ont été invités à évaluer l'importance de chaque élément dans le cadre d'une procédure en deux étapes (appelée Delphi-Survey) et à suggérer des éléments supplémentaires qui n'ont pas encore été énumérés. Nous leur avons également demandé de nous aider à déterminer dans quelle mesure ces éléments de formation correspondent aux principes théoriques de base de l'entraide qui ont été précédemment identifiés dans le résultat 1 de Tuto3-PAT – www.mentalnet.eu. Ce processus a donné lieu à un ensemble d'éléments de base prioritaires consentis aux éléments de formation en soutien par les pairs, ainsi qu'à des éléments plus pertinents pour la formation des travailleurs de soutien par les pairs à un stade avancé, par exemple dans le cadre du perfectionnement professionnel continu ou pour un groupe spécial de clients de soutien par les pairs (tableau 2).



Dans le cadre de l'enquête, nous avons également demandé aux experts quels types de critères d'admission un futur pair aidant devrait avoir pour s'inscrire à un programme de formation. On s'est entendu pour dire que les travailleurs de soutien par les pairs devraient avoir une expérience vécue de crise de santé mentale et de rétablissement après une crise, ainsi qu'une personnalité empathique. Il n'y a pas eu de consensus sur les autres critères d'admission. De plus, une enquête plus approfondie est nécessaire pour déterminer le nombre optimal de séances d'entraînement. Une description plus détaillée des recommandations sera publiée sur le site Web du PAT d'ici la fin de 2024. Une publication scientifique est en cours, à paraître en 2025.

TABLEAU 2 : CONSENSUS ET RECOMMANDATIONS

Module de formation

Recommandation

Pair-aidance et utilisation de l'expérience

Présenter les théories et les concepts du soutien par les pairs, des relations entre pairs et de la façon d'utiliser leur propre expérience pour soutenir une autre personne ayant des problèmes de santé mentale.

Encourager le partage d'expériences personnelles dans un environnement sûr, associé à des connaissances théoriques sur les principes du soutien par les pairs.

Les conseils concernant l'auto-divulgation devraient être intégrés dans les programmes de formation de base.

Rétablissement

Introduire le concept de rétablissement personnel, les expériences de rétablissement et le soutien axé sur le rétablissement devraient inclure des histoires de rétablissement réelles et des stratégies pour favoriser un état d'esprit axé sur le rétablissement chez les participants.

Relations et rôles

Présentez une description du rôle des pairs aidants (p. ex., ce qu'il faut faire et ne pas faire), une spécification de la relation interpersonnelle et thérapeutique et le modèle de rôle.

Faites participer les participants à des exercices qui explorent la dynamique des relations et l'impact du modèle de rôle dans le soutien par les pairs.

Enseignez des compétences pour établir des limites avec les clients et pour séparer le travail et la vie personnelle.



TABLEAU 2 : CONSENSUS ET RECOMMANDATIONS

Module de formation

Recommandation

Communication

Inclure un module de base sur la communication couvrant des principes tels que la communication active et réflexive, la compréhension, la résolution de conflits, la rétroaction, l'approfondissement et l'entrevue motivationnelle.

Incorporez des jeux de rôle et des exercices interactifs pour mettre en pratique des stratégies de communication efficaces dans des contextes de soutien par les pairs.

Stigmatisation

Offrir une formation sur les stratégies de réduction de la stigmatisation, en encourageant les participants à partager leurs expériences personnelles liées à la stigmatisation et à ses effets.

Principes et valeurs

Discutez des principes et des valeurs, notamment la mutualité, la réciprocité, le non-directif, le renforcement des forces, le progrès, l'inclusion, la diversité, les valeurs, la validation, l'acceptation, l'espoir, la vision du monde, la confidentialité, l'empathie, l'autonomisation et la sécurité.

Animez les discussions sur les dilemmes éthiques et encouragez les participants à élaborer un code de conduite commun pour les interactions de soutien par les pairs.



TABLEAU 2 : CONSENSUS ET RECOMMANDATIONS

Module de formation

Recommandation

Inclusion et soutien de la famille et de la communauté

Souligner l'importance de mettre en place des systèmes de soutien au sein de la famille et de la communauté pour promouvoir l'inclusion, par exemple par le biais de la connexion, de la mise en réseau et du trilogue.

Animer des ateliers sur la communication efficace avec les familles et l'engagement communautaire pour renforcer les systèmes de soutien.

Fournir des connaissances sur les déterminants sociaux de la santé.

Santé et bien-être

Fournir une formation de base en gestion du stress, en soins personnels, en prévention des rechutes et en menant un mode de vie sain avec des pratiques saines, par exemple manger, faire de l'activité physique, dormir, se détendre.

Organisez des ateliers de bien-être axés sur les pratiques de santé holistiques et encouragez le soutien par les pairs pour maintenir un mode de vie sain.

Plaidoyer et droits

Les pair-aidants doivent bénéficier d'une formation sur les stratégies de plaidoyer, en soulignant l'importance des droits des patients et le rôle des pairs dans la promotion du changement.

TABLEAU 2 : CONSENSUS ET RECOMMANDATIONS

Module de formation

Recommandation

Compétences

Enseigner diverses compétences, p. ex. compétences en matière de problèmes et d'adaptation, technologie (téléphone, ordinateur), rédaction et présentation de lettres, compétences organisationnelles et de leadership, compétences d'intervention en cas de crise, compétences culturelles en matière de prestation de services concernant les questions culturelles.

Offrez des ateliers pratiques pour mettre en pratique ces compétences, en intégrant des scénarios de la vie réelle et des exercices de jeux de rôle.

Planification

Couvrez la planification avancée, la planification avec les personnes en crise, la planification d'activités, les visites médicales et la planification d'activités significatives dans la vie quotidienne.

Enseignez des techniques de planification à l'aide d'outils tels que le WRAP (Wellness Recovery Action Plan) et des exercices pratiques pour l'établissement d'objectifs et la gestion de crise.

Paramétrage du groupe

Fournir une formation de base sur la conception et la prestation de groupes, la dynamique de groupe et l'animation de discussions de groupe.

Inclure des exercices pratiques pour améliorer les compétences des participants dans la gestion des interactions de groupe.



TABLEAU 2 : CONSENSUS ET RECOMMANDATIONS

Éléments avancés / spécialisés

Recommandation

Psychoéducation et connaissances

Élaborer des supports de formation complets sur des sujets liés à la santé mentale, en veillant à ce que les sessions soient interactives et pertinentes pour les populations spécifiques desservies.

L'évaluation

Intégrer des sessions pratiques sur les techniques d'évaluation et fournir des modèles d'évaluation des besoins afin d'améliorer les compétences des participants en matière d'évaluation.

Formation sur le lieu de travail

Réaliser des simulations et des exercices pratiques liés à des scénarios sur le lieu de travail, afin d'améliorer la préparation des participants aux interactions avec les clients dans le monde réel.



TABLEAU 2 : CONSENSUS ET RECOMMANDATIONS

Éléments avancés / spécialisés

Recommandation

La durée

Une session de formation ne devrait pas durer plus de 4 heures.

Accréditation

Les programmes de formation au soutien par les pairs devraient être officiellement accrédités et les établissements d'enseignement sont des institutions appropriées pour accréditer les programmes de formation au soutien par les pairs.



RÉSUMÉ

De nombreux programmes de formation pour les pairs aidants ont été évalués et comparés afin de développer un programme de formation standardisé. Après avoir comparé les différents éléments de formation de chaque programme, des éléments de formation essentiels ont été identifiés. Ensuite, les parties prenantes internationales ont été invitées à évaluer les éléments essentiels dans le cadre d'une procédure en deux étapes. Il en est résulté un ensemble d'éléments essentiels, classés par ordre de priorité, des composantes centrales de la formation au soutien par les pairs, ainsi que des recommandations et des stratégies pratiques pour la formation.

