



MISE EN PRATIQUE DES OUTILS ET MÉTHODES EN INTERVENTION PAR LES PAIRS



Présentateurs

SANDRINE ROUSSEAU, AGENTE DE PROJET ET PAIR AIDANTE, PROGRAMME PAIRS AIDANTS RÉSEAU, QUÉBEC

BENOIT ST-PIERRE, COORDONNATEUR ET PAIR AIDANT AU PROJET CHEZ-SOI, MONTRÉAL

FRANCES SKÉRITT, PAIRE EXPERT ET PAIR LEADER QUÉBEC, CENTRE WELLIGTON, DOUGLAS, MONTRÉAL

ANNIE BOSSÉ, PAIRE AIDANTE AU CENTRE LA MYRIADE, JOLIETTE

PAUL TRAHAN, PAIR AIDANT AU POINT COMMUN, SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

GILLES BÉGIN, PAIR AIDANT AU CTR DE NEMOURS, INSTITUT UNIVERSITAIRE DE SANTÉ MENTALE, QUÉBEC



LE RÔLE DU PAIR AIDANT*

DÉFINITION :

LE PAIR AIDANT FAIT RÉFÉRENCE À UN MEMBRE DU PERSONNEL VIVANT OU AYANT VÉCU UN TROUBLE GRAVE DE SANTÉ MENTALE. À PARTIR DE SON EXPÉRIENCE DE LA MALADIE ET DE SA COMPRÉHENSION DE SON PROCESSUS DE RÉTABLISSEMENT, LE PAIR AIDANT AIDE SES PAIRS À SURMONTER LES OBSTACLES ET À IDENTIFIER CE QUI LES AIDE À SE RÉTABLIR.

* RÉFÉRENCE :
LAGUEUX, N, CHARLES, N. (2008). MANUEL DU PARTICIPANT. FORMATION QUÉBÉCOISE SPÉCIALISÉE EN INTERVENTION PAR LES PAIRS, MODULE 2. PROGRAMME QUÉBÉCOIS PAIRS AIDANTS RÉSEAU, QUÉBEC.



5 ÉTAPES DANS LE PROCESSUS DE RÉTABLISSEMENT



Un processus en cinq étapes

- Un parcours non-linéaire.
- À travers ces étapes, la personne vit:
 - une grande souffrance psychologique;
 - une transformation de son être;
 - la redécouverte de soi.
- La personne doit initier d'elle-même ce processus par l'auto-détermination.

CINQ ÉTAPES DANS LE PROCESSUS DE RÉTABLISSEMENT

L'impact du trouble mental : choc et déni	La vie est limitée : renoncement et désespoir	Le changement est possible : espoir et remise en question	L'engagement à changer : volonté d'agir et courage	Les actions pour changer : responsabilisation et pouvoir d'agir
<p>La personne : est anéantie par le pouvoir que le trouble mental a sur sa vie.</p>	<p>a cédé au trouble mental le pouvoir de contrôler sa vie.</p>	<p>remet en question le pouvoir du trouble mental de contrôler sa vie.</p>	<p>défie le pouvoir qu'elle a donné au trouble mental de contrôler sa vie.</p>	<p>se réapproprie le pouvoir sur sa vie.</p>
<p>Elle est généralement incapable de fonctionner et l'impact du diagnostic et des symptômes du trouble mental domine sa vie.</p>	<p>Elle s'est résignée à la direction qu'a prise sa vie et s'y croit condamnée. Elle se considère sans avenir et se limite à être malade. Elle a perdu espoir.</p>	<p>Elle espère qu'il y a plus dans la vie que ce qu'elle connaît actuellement et commence à croire que sa vie peut être différente. Elle entrevoit la possibilité de changer, mais ne se sent pas prête ni capable de s'y engager.</p>	<p>Elle croit qu'il y a des possibilités pour elle mais ne sait pas comment s'y prendre. Elle est ouverte à explorer ce qu'il faut faire pour changer.</p>	<p>Elle a décidé de la direction qu'elle veut prendre. Elle s'est mise en action afin d'atteindre son but et de créer la vie qu'elle désire.</p>

Lagueux, N., Charles, N. et Rouleau, M-D. (2008). Les 5 étapes dans le processus de rétablissement. Manuel du participant , Formation québécoise spécialisée en intervention par les pairs. Programme québécois Pairs-Aidants Réseau.



L'impact du trouble mental : Choc et déni.

L'impact du trouble mental est la période entre le début des symptômes et le moment du diagnostic et des soins.

La personne est généralement incapable de fonctionner et l'impact du diagnostic et des symptômes du trouble mental domine sa vie.

LA VIE EST LIMITÉE

Cette étape représente le moment où la personne se résigne à une vie sans possibilité de changement.

La personne s'est résignée à la direction qu'a prise sa vie et s'y croit condamnée. Elle se considère sans avenir et se limite à être malade. Elle a perdu espoir.



LE CHANGEMENT EST POSSIBLE

Étape dans laquelle une lueur d'espoir se dessine. La personne entrevoit la possibilité de vivre une vie plus satisfaisante qui n'est pas plus centrée uniquement sur le trouble mental. Par contre, elle ne voit pas comment elle pourrait y arriver.

Elle espère qu'il y a plus dans la vie que ce qu'elle connaît actuellement et commence à croire que sa vie pourrait être différente. Elle entrevoit la possibilité de changer, mais ne se sent pas prête ni capable de s'y engager.





L'ENGAGEMENT À CHANGER

Période durant laquelle la personne décide de prendre un risque et de quitter sa zone de confort.

Elle croit qu'il y a des possibilités pour elle mais ne sait pas comment s'y prendre. Elle est ouverte à explorer ce qu'il faut faire pour changer.



LES ACTIONS POUR CHANGER

Période durant laquelle la personne se met en action pour faire un changement positif dans sa vie et ce, de façon autonome. La personne se réapproprie sa vie.

Elle a décidé de la direction qu'elle veut prendre. Elle s'est mise en action afin d'atteindre son but et de créer la vie qu'elle désire.



Pour information

Programme Pairs Aidants Réseau

2380 av. de Mont-Thabor,

bureau 205

Québec (Québec), G1J 3W6

418-523-4190 poste 212 et 215

Pairsaidantsreseau@aqrp-sm.org