

Témoignage d'un « pair-aidant »

"Pair-aidant: d'une expérience personnelle à un métier"

Philippe BRUN : ancien médiateur de santé-pair en Ile-de-France, animateur au GEM de Dijon

J'ai démarré une vie plutôt riche en rebondissements, glissant sur la vague des curiosités qui me furent offertes. Une sorte de chaos normal. Néanmoins, un destin bien plus compliqué se profilait.

Et puis un jour je me pris les pieds dans le tapis. La souffrance devenant insupportable... Je trouvais une main tendue, que je redoutais par préjugés : la psychiatrie. J'entrais dans ce monde-là, par la grande porte. Le début d'une expérience de patient. D'une identité nouvelle, d'une vie différente qui m'entraînait à me raconter, également, différemment. Et plusieurs années d' « errances » de soins en soins, d'espoirs thérapeutiques en chutes de moral, avec un rapport complexe à la « réalité » diagnostique. Qui pourrais-je être alors, dans quelle grille me situer, et quel espoir ? Heureusement, un certain nombre de rencontres m'ont permis de maintenir un pied dans le monde classique et convenu. Entre écarts d'humeur et revendications existentielles, je gardais grâce à ces investissements relationnels une certaine viabilité et quelques idées claires.

J'avais, au commencement de mes expériences professionnelles, goûté à des occupations altruistes, notamment à l'hôpital ou j'avais exercé de nombreux métiers du prendre-soin et de l'accompagnement. Brancardier, hôtelier, maître de maison, aide-soignant. J'avais déjà le goût d'aider et d'en faire ma profession, ayant malgré cela, pour des raisons pratiques, abandonné un cursus universitaire en psychologie au seuil du DEUG.

Durant mes errances et mes rencontres, je croisais la route d'une personne, une amie d'alors, qui m'a évoqué l'existence de « pairs-aidants » au Québec, dont elle avait vu un témoin lors d'une conférence. N'étant riche que de cette information, je me réveillais, sans trop savoir où je voulais mettre les pieds, et je sentais qu'alors je pouvais conjuguer mon expérience de patient, le militantisme qui en découlait et l'aide à des personnes vulnérables, en souffrance.

Je mis toute mon énergie à chercher des informations et un contact avec cette histoire de « pairs-aidants ». Et cela porta vite ses fruits. Je trouvais LE projet d'alors, qui correspondait à ce que j'attendais : l'expérimentation autour des médiateurs de santé-pairs du CCOMS, qui devait démarrer quelques mois plus tard. Et ce fût le début d'une aventure aussi belle qu'originale et bien évidemment vertigineuse.

Une fois passées avec succès les étapes d'embauche dans le projet puis dans l'équipe hospitalière qui m'accueillerait, tout cela démarra. Une synthèse entre militance pour la cause des patients, accompagnement de ces mêmes patients et tentative de changement des représentations des professionnels sur la « maladie », la vie en « Psychiatrie », etc. Chemin difficile, où j'ai navigué à vue durant des mois, mais qui fut d'abord ponctué puis vite gagné par de nombreux succès et une certaine joie. Je m'affranchissais d'un « destin » de patient en psychiatrie pour défendre une place nouvelle, celle d'une personne qui en a eu l'expérience, formée (pendant un an à l'université) puis intégrée professionnellement dans une équipe de soin. Quatre années passées à construire une place, un style et à connaître de nombreux succès dans le prendre soin de l'autre et dans l' « aller-mieux » de personnes en difficulté. Les mêmes quatre années au service d'un service de psychiatrie à essayer de la stigmatisation, et donc à lutter contre, autant que faire se peut, entre légitimation en tant que médiateur de santé-pair et engagement dans la cause du décloisonnement de la condition des malades (Psycom, formations diverses, colloques, etc.) . Et enfin à mettre une énergie considérable à mutualiser parmi les collègues, les pairs médiateurs de santé-pairs, et le public des outils et savoirs issus d'une expérience toute personnelle et pourtant si universelle...

Ma pratique quotidienne et institutionnelle, donc, fût composée de multiples dimensions. J'accompagnais des patients d'un « secteur » dans leur vie quotidienne, au sein du service intrahospitalier, du groupe mobile de crise et du CMP (avec une ouverture sur la ville). Cette fonction se construisant ainsi au fil des années, d'échecs mais surtout de succès. J'ai également construit, avec l'aide de mes collègues d'alors, des groupes (un groupe autour de la photo, un groupe de paroles, tentative d'intégrer l'équipe d'éducation thérapeutique du patient, etc.). Une des dimensions précitées étant la lutte contre la stigmatisation des personnes en souffrance psychique (et donc par là des pairs aidants), j'élaborai mon réseau de soutien parmi les autres professionnels de l'hôpital ainsi qu'à de nombreuses rencontres avec des équipes et institutions extérieures. Ou encore la participation à de nombreuses réunions d'équipe, me faisant l' « avocat du trouble ».

Aujourd'hui, je suis sorti de ces postures-là, bien sûr celle d'un être dont le cœur est souffrance mais aussi celle de pair-professionnel, mettant les notions de la maladie et de son expérience loin de moi. J'œuvre dans un autre registre mais je conserve néanmoins mes engagements idéologiques quant à la cause des personnes qui connaissent ce que j'ai connu, et surtout le souvenir dense dans le temps et appuyé dans ma mémoire d'une considérable expérience de vie et de travail. Si je devais réduire cela à une phrase, je dirais que je suis passé d'un statut autodéterminé (et soutenu par les institutions), de malade passif, à celui d'acteur du système psychiatrique et par extension de la société au sens large. Avec toujours en moi l'idée que nous sommes un certain nombre et seront de plus en plus, que nous devons promouvoir un sens certain du collectif et de la solidarité.