

L'ACCOMPAGNEMENT
DE PERSONNES AVEC DES
TROUBLES EN SANTÉ MENTALE

FOCUS



L'ACCOMPAGNEMENT DE PERSONNES AVEC DES TROUBLES EN SANTÉ MENTALE

EDITO

« Il n'y a pas de santé sans santé mentale ». Ce constat fait par l'OMS est largement partagé par GROUPE SOS Solidarités qui agit auprès de personnes pour qu'elles puissent se réaliser, avoir ou conserver un rôle social, améliorer leur état de bien-être, malgré la maladie. Nous agissons au quotidien auprès de publics fragilisés, en situation de handicap, souffrant d'addictions, isolés, précaires, migrants, nécessitant des soins et pouvant présenter des pathologies psychiatriques ou en situation de vulnérabilité mentale. GROUPE SOS Solidarités a souhaité faire du sujet de l'accompagnement de personnes avec des troubles en santé mentale un axe de réflexion et d'actions prioritaires. Nous proposons une large gamme d'établissements, de dispositifs et de prestations à même d'accompagner et d'aider ce public : Foyers d'accueil médicalisé (FAM), Foyers de vie, Services d'accompagnement médico-social pour adultes handicapés (SAMSAH), Plateformes santé mentale, habitats inclusifs dédiés, Intermédiation locative psychiatrique, etc. Nous agissons aussi, dans l'ensemble de nos établissements, pour améliorer l'accompagnement des personnes présentant des troubles en santé mentale. Cela passe notamment par une plus grande participation des personnes dans la prévention et la gestion de leurs troubles mais encore par l'accompagnement des professionnel-le-s dans une meilleure appréhension des difficultés rencontrées par les personnes concernées, par leur valorisation individuelle et sociale et par la lutte contre les discriminations. »

Guy SEBBAH

Membre du directoire en charge de la Santé, du Social et du Médico-social.

DES OUTILS D'AIDE À L'ACCOMPAGNEMENT

La démarche rétablissement

« Vivre avec » un trouble psychique implique de chercher un point d'équilibre dans son quotidien, en tenant compte de son histoire, de celle avec la maladie, de ses vulnérabilités, en s'appuyant sur ses forces, ses ressources et ses capacités. C'est aussi pour les professionnel-le-s un changement de regard et de pratiques en encourageant et permettant à la personne de faire ses propres choix. Ce principe d'empowerment est l'une des clés du rétablissement. Depuis 2017, les établissements et services de GROUPE SOS Solidarités forment les professionnel-le-s pour intégrer au quotidien dans leurs pratiques cette démarche qui remet au centre la personne accompagnée, par son pouvoir d'agir par elle-même et pour elle-même.

La pair-aidance

Trouver un soutien auprès de personnes vivant ou ayant vécu une expérience similaire, c'est le rôle des paire-s-aidant-e-s. Ils et elles ont tou-te-s une expérience personnelle des troubles psychiques et des soins en psychiatrie et partagent leurs expériences avec la personne accompagnée, lui communiquent de l'espoir, l'aident à trouver des solutions, à répondre à ses questionnements, ses incertitudes, en s'appuyant sur les obstacles rencontrés et sur ses réussites. Garants des pratiques orientées vers le rétablissement dans le travail de l'équipe, le pair-aidant éclaire les professionnel-le-s sur le point de vue subjectif des personnes accompagnées. A ce jour, 10 paire-s-aidant-e-s sont salarié-e-s ou interviennent dans nos dispositifs. Chaque nouveau dispositif intègre un projet de valorisation des savoirs expérimentiels, d'accompagnement et/ou de soutien par des paire-s.

Les directives anticipées en psychiatrie, l'outil « mon GPS »

Lorsque l'on vit avec un trouble psychique, on peut traverser des moments de crise nécessitant des soins. Il peut alors être difficile de faire connaître ses besoins et de faire respecter ses droits. Le livret « Mon GPS Guide Prévention et Soins » est un outil créé pour et avec des personnes qui vivent avec un trouble psychique. GROUPE SOS Solidarités a participé à la co-construction de l'outil. Il est aujourd'hui déployé dans l'ensemble des établissements en santé mentale de l'association.



Le kit pédagogique «mon GPS» a été élaboré par Marie Condemine et Ofelia Lopez Hernandez (psychologues, Association PRISM-Prévention, rétablissement et inclusion en santé mentale), en partenariat avec Psycom. Il a reçu, en 2020, le prix du Jury au concours Droits des usagers de la santé du Ministère des Solidarités et de la Santé et le label régional attribué par l'ARS Île-de-France.

ENCOURAGER LA PARTICIPATION DES PERSONNES

La revendication d'empowerment, de restauration d'un pouvoir d'agir, est un droit légitime des personnes accompagnées et une des conditions même du rétablissement en santé mentale. Cette approche, centrée sur la personne et non sur la maladie, vise à ce que la personne se reconnaisse et soit reconnue autrement que comme malade. La démarche rétablissement comporte une dimension éthique car elle institue un projet, une perspective positive. Reprendre en main son destin est ainsi la condition de réussite pour que la personne ne soit plus focalisée sur la maladie ou déterminée par elle. Cela suppose de sortir de sa zone de confort et d'accepter, dans une certaine mesure, de « prendre des risques ». Cela suppose encore de mettre des mots sur la maladie et de rendre dicible ce qui ne l'était pas dans une situation antérieure où la maladie (comme parfois l'accompagnement) conduisait à une situation d'infériorité voire d'incapacité à agir pour soi et par soi. En pratique cela se traduit au sein de GROUPE SOS Solidarités par le fait que la participation des personnes est recherchée à chaque étape du parcours de rétablissement : lors de l'accompagnement par les professionnel-le-s, en prévention ou traitement de troubles, pour tous les actes de la vie quotidienne. À titre d'exemple, les résident-e-s sont autonomisé-e-s dans l'entretien de leurs chambres, de leurs repas pour ceux vivant en studio d'autonomisation et pour l'ensemble des actions liées à l'habitat pour les personnes accompagnées en appartements dans le diffus.

FORMER ET OUTILLER LES PROFESSIONNEL-LE-S

L'exigence d'autodétermination vaut pour les personnes concernées mais elle s'impose aussi à l'entourage et aux professionnel-le-s de l'accompagnement. Cela suppose le respect, le soutien actif, le non-jugement, l'écoute et la promotion de cette autodétermination. L'évolution des pratiques professionnelles implique de reconsidérer les rapports de pouvoir entre les personnes concernées et celles et ceux qui les accompagnent. Au GROUPE SOS Solidarités, nous apportons une attention toute particulière à la formation des professionnel-le-s aux troubles psychiques pour déconstruire leurs propres représentations et mieux appréhender ainsi les problématiques des personnes accompagnées. Ils et elles sont notamment formé-e-s à la conduite d'entretiens motivationnels qui permettent de renforcer la motivation de la personne pour atteindre un but spécifique en explorant ses raisons propres, son ambivalence, ses perceptions du risque, par l'expression de ses envies, ses motivations et le renforcement de ses capacités de changement. Nous avons également initié des formations aux Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) qui permettent d'outiller les professionnel-le-s, pour apporter immédiatement de l'aide à une personne qui subit le début d'un trouble de santé mentale ou se retrouve en crise.

PARTICIPER À LA LUTTE CONTRE LES STIGMATES ET LA DISCRIMINATION

Environ 3 millions de personnes souffrent de troubles psychiques sévères en France et 1 personne sur 4 est touchée par des troubles psychiques à un moment de sa vie. Malgré cette prévalence importante et le fait que nous sommes tou-te-s concerné-e-s, les personnes vivant avec un trouble psychique sont parfois moins bien considérées voire discriminées lorsqu'il s'agit d'accéder à un emploi, à des soins, à un logement ou à des services comme les loisirs. Les questions de stigmatisation et d'auto-stigmatisation sont prégnantes. Les stéréotypes sociaux sont aussi tenaces entre la minimisation des troubles non visibles ou la fausse croyance que les troubles psychiques sévères sont associés à la dangerosité. Aussi, au sein de GROUPE SOS Solidarités, nous nous mobilisons pour nous opposer à la circulation des idées fausses et pour permettre que les individus se rencontrent, qu'ils « osent » parler de la maladie, et pour que les pathologies et leurs symptômes soient mieux connus. Cela passe par des actions de sensibilisation, de communication et d'inclusion pour valoriser les personnes et leurs actions, accompagner le fait qu'elles s'engagent ou se réengagent dans une vie active et sociale où elles ont leur juste place mais toute leur place.

Retrouvez le kit pédagogique
«mon GPS» sur Ageval
ou sur www.psycom.org.
Demandes d'informations à
dg-solidarites@groupe-sos.org

