



« MOI, PLUS TARD, JE SERAI... PAIR-AIDANT·E ! »

Par Stéphanie Devlésaver, journaliste, CBCS

Peu de chance qu'un enfant prononce un jour cette phrase : « plus tard, je serai pair-aidant·e ! », comme il le dirait pour d'autres métiers. Devenir pair-aidant est rarement un choix initial mais bien le fruit « d'un parcours de vie douloureux, traumatique et stigmatisant. C'est une reprise de pouvoir sur sa vie », rappellent Sophie Céphale et France Dujardin, de l'AREV. Pourtant, transformer cette expertise de vie en

expertise professionnelle - en tant que professionnel ou bénévole - peut, à un moment donné, devenir un choix. Une évidence, voire une nécessité. Mais quelles routes emprunter pour y arriver ? A travers les parcours des un·es et des autres, se dessinent les enjeux d'une reconnaissance des savoirs expérientiels : se former sans pour autant être formaté, professionnaliser la fonction sans l'enfermer et la réduire à une forme unique.

DEVENIR « PÈRE-AIDANT » : TRAVAILLER ET ÊTRE PAYÉ

Après un premier défrichage, nous voilà au milieu de cette terre remuée. Il s'agit à présent d'y voir un peu plus clair, à partir de ces « sémantisations individuelles et collectives d'expériences » (Eve Gardien) Pour poursuivre notre enquête, nous creusons cette piste : **les expériences de vécu, pour devenir forces d'accompagnement et de proposition, ont besoin de temps de recul et de (re)constructions avec d'autres.** Si jusqu'ici Bruxelles ne proposait pas de parcours de formation, depuis septembre 2024, l'Académie du Rétablissement et de l'Expertise de Vécu (AREV) propose trois formations distinctes et complémentaires dédiées à la pair-aidance (lire p.28) Jonathan, pair-aidant à la Plateforme

Santé Mentale¹ a participé à la première promotion « expertise du vécu » en mars 2023. « Une fois par semaine, on rencontre des intervenants extérieurs, on est amené à raconter son récit de vie, on apprend à se préserver face aux récits des autres, on se prépare au travail de terrain ». Il se dit surpris par la diversité des profils rencontrés : problèmes de troubles mentaux, violences sexuelles, précarité... Je m'attendais à rencontrer toutes des personnes en prise avec des addictions, comme moi... Une telle diversité, c'est d'autant plus enrichissant ! ». Pour lui, tout a débuté face à son miroir, dans une chambre d'hôpital : « sous valium, je me suis observé, j'avais la tête à l'envers, les traits gonflés par l'alcool »... C'est l'électrochoc. Il se filme pour « prévenir les gens » et poste sa première vidéo sur les réseaux sociaux. Plus tard, il découvre la pair-aidance lors d'un groupe de parole organisé par la clinique Sans souci. Ce jour-là, on annonce la venue d'un pair-aidant. « Encore un mec en soutane », se dit-il, sans conviction. Mais c'est là qu'il découvre que son travail d'information et de réduction des risques porte un nom ! Très vite, son intérêt pour la pair-aidance grandit. Il est alors aiguillé vers la formation « expertise du vécu » qui « élargit son horizon » et lui apprend à transmettre son histoire. Il découvre « les alternatives à l'hospitalisation, parfois plus efficaces dans l'approche du rétablissement ». « Mon savoir n'est pas académique, j'ai arrêté l'école en 5ème primaire. Mais j'ai survécu à la lenteur administrative du CPAS, des mutuelles, des syndicats... J'ai appris l'espoir, la volonté, la discipline, la patience ». Aujourd'hui, s'il évite de poster des vidéos sur des types de médicaments, « je laisse ça aux professionnels de la santé », il continue de créer des contenus, notamment pour faire connaître la « pair-aidance ». Ce qui est devenu son boulot, depuis mai 2024, pour la Plateforme : « Mon rôle est d'informer, de proposer des rencontres aux associations bruxelloises, de donner ac-

1. Depuis septembre 2024, il complète ce mi-temps à la Plateforme Santé Mentale par un mi-temps au SMES (projet PAT).

cess aux ressources de la Plateforme. A terme, on souhaite créer un répertoire et un pôle de concertation de l'aidance en fédération Wallonie - Bruxelles... Au fond, je poursuis le boulot que je faisais avant, bénévolement », se réjouit-il.

UNE FORMATION POUR TRANSMETTRE ET SE PROTÉGER

A la sortie d'un midi-Nomade², on croise Pascaline qui vient de signer son contrat pour travailler au projet PAT du SMES en tant que formatrice, accompagnatrice et pair-aidante. Son boulot ne sera pas d'accompagner des personnes, mais de travailler en seconde ligne pour l'intégration de pair-aidant·e.s salariés dans les équipes du social-santé et la promotion de la pair-aidance. Une façon, selon elle, de « ne pas se mettre en danger » et de renouer avec des compétences qu'elle a déjà mises au service de l'UNICEF dans une autre vie. Entre les deux, son parcours personnel... et une formation en « pair-aidance en santé mentale & précarités », dispensée par l'U-MONS. « Ça m'a clairement aidé à me rétablir, à prendre du recul par rapport à mon vécu expérientiel », témoigne-t-elle. « On fonce à être apte à transmettre cette expérience, à se sentir « légitime » : on travaille sur notre ligne de vie, sur des concepts tels que la juste distance-présence par exemple »... Pour Frieda du Forum-Bruxelles contre les inégalités, certaines expériences de vie répétées, mais aussi certaines formations, comme la musicothérapie notamment, lui ont appris à prendre du recul et à réfléchir comment accompagner la personne : « avant je ne me protégeais pas, j'étais absorbée dans la vie de celles que j'aidais. Je réfléchis autrement depuis que je travaille. (...) Aujourd'hui, je vois le danger arriver, le cadre professionnel me permet davantage une mise à distance ». Même si elle reconnaît que les frontières entre l'intime et le profes-

2. Le Midi Nomade propose des échanges et stimule la réflexion autour des expériences de participation des pair·e·s : <https://reseau-nomade.be/>



sionnel restent très poreuses et qu'elle reste dans une forme de « sur-adaptation » permanente. D'où, l'apport précieux d'accompagnements et de différents types de soutien à la fonction : recours à une personne de confiance, à un psychologue dépêché par l'institution ou encore participation à des supervisions.

RECONNAÎTRE LA FONCTION POUR LA FINANCER : UN DÉFI EN COURS

En parallèle de ces formations, depuis quelques années, le projet PAT (Peer And Team support) initié par le SMES, développe un autre type de formation : une équipe de pairs-aidant·es accompagne des institutions qui souhaitent en engager. Parfois, ces pairs-aidant·es sont des ancien·nes usagers de services sociaux ou de santé. C'est le cas de Jean-François, pair-aidant à la MASS, ancien patient. « Travailler ici, c'est la suite de mon rétablissement. L'équipe m'a toujours bien accueilli, mon avis compte, il y a de la confiance. Le SMES a fait un travail incroyable avec mes collègues pour préparer mon arrivée dans l'équipe. Je vis ma quatrième vie, ici ! », s'exclame-t-il, ravi. Avant de devenir leur collègue, il a exercé différents métiers qui lui ont permis de voyager comme photographe, régisseur de spectacle, alpiniste industriel. « C'était une fuite en avant. Ici, on m'a permis de m'apaiser, de trouver du sens », raconte-t-il. Aujourd'hui, il accueille les patients, encode les nouveaux dossiers, l'agenda. Il participe à certaines plages d'urgence : « ici, c'est l'accueil de la misère, c'est la première porte ou la dernière ». Il dit bien gérer les moments de tension, les accès de violence de certains patients, « moi-même habitué à une certaine violence, je les cerne, comprenant les codes, je sais comment ils fonctionnent, il y en a certains plus anciens que je connais, mon passé de



toxicomane, ça m'aide. Je peux leur dire « là, t'es une vraie pompe à vélo toi ! ». Mais il ne pourrait pas le faire sans l'attitude de l'équipe à son égard. « Je n'ai jamais senti autant de bienveillance autour de moi », résume-t-il. Ce qui lui permet d'apprendre au contact des autres métiers, à gérer ses émotions, à se remettre en question, « j'apprends à fermer ma gueule, parfois ! ». Il peut aussi prendre le temps de se lancer dans de nouveaux projets, comme cette formation, financée par la MASS, qu'il va débiter pour apprendre à créer sa propre conférence gesticulée à partir de son vécu.

A la question, « est-ce que je suis « clean » ? absolument pas ! Est-ce que je suis le même qu'avant ? Absolument pas ! », déclare-t-il sans détour. Mais replonger, ce serait trahir, selon lui, toutes les souffrances, la solitude, la peur au ventre, qui, depuis l'enfance, l'ont amenés à consommer. « Aujourd'hui, je me lève et je n'ai plus les mêmes craintes, j'ai cette sensation d'aider les gens, de faire ma part, aux côtés de mes collègues médecins, psychiatres, assistants sociaux ». Sa collègue Marie, assistante sociale depuis 4 ans à la MASS, rejoint la discussion. Pour elle, même s'il y a un cadre de départ, « toute une préparation, pendant un an environ, pour construire l'offre d'emploi, etc., c'est Jean-François, au final, qui crée son poste et le fait évoluer ». Une des plus grandes questions de l'équipe était de savoir, à l'engagement, si oui

ou non, les consommations pouvaient encore exister dans le quotidien du pair-aidant. Dans le cas de Jean-François, une autre difficulté pointée au départ était, malgré une volonté de bien faire, d'avoir une manière de s'exprimer envers les patients, jugée un peu trop violente. « Mais il est très à l'écoute, on peut lui en parler et il se remet en question sur certaines manières de faire ». Pour elle, **la plus grande limite pour implanter ce poste partout reste le manque de financement** : « Jean-François est engagé comme « éducateur A2 sur fonds propres, la fonction n'étant pas reconnue », précise-t-elle. En d'autres mots, « c'est la MASS qui paie pour ma pomme », conclut-il, avec ironie.

PROFESSIONNALISER POUR ÉVITER LES SOUS-MÉTIER...

La pair-aidance a pris naissance aux États-Unis, avec les **Alcooliques Anonymes**, puis s'est développée à l'époque du sida, moment d'engagement fort des patients vis-à-vis de leur entourage³. **Depuis, elle n'a cessé de s'organiser, de se structurer, en commençant par intégrer le champ de la santé mentale** : des pairs-aidants ont aujourd'hui de plus en plus leur place dans des services, résidentiels ou ambulatoires, ils participent aux soins. En Belgique, le SMES est subventionné pour mettre en place un programme Housing First : dans la méthodologie, **intégrer un pair-aidant dans les équipes, faisait partie des conditions**. « Lorsque l'on a commencé en 2015 », se rappelle Muriel Allart, « on s'est tout de suite aperçu de la plus-value et de l'intérêt de ce poste, de ce que cela apportait à notre public et à l'asbl ». Malgré un intérêt des acteurs du secteur social-santé pour le profil, ils avaient du mal à se projeter sur une mise en place concrète de la pair-aidance dans leurs équipes. Le SMES décide alors de faire un état des lieux de la pair-aidance en fédération Wallonie-Bruxelles⁴, en collaboration avec le Forum-Bruxelles contre les inégalités, et découvre que peu de personnes sont, au final, rémunérées : « les personnes engagées par le fédéral en tant qu'expert du vécu ou par le Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté en tant que facilitateur en prévention des inégalités sociales l'étaient pourtant déjà dans le cadre d'un contrat de travail ». A partir du guide méthodologique du SMES, les associations peuvent répondre à une série de questions, à partir de leurs besoins, de l'identification de leurs craintes et définir au mieux la fonction précise pour laquelle elle souhaite engager un-e pair-aidant-e, trouver des financements. **Parce que le**

3. « Qui sont les pairs-aidants, ces porteurs d'espoir pour la santé mentale ? », émission radio de La Première, octobre 2024

4. « La pair-aidance en Fédération Wallonie-Bruxelles. Etat des lieux. Guide méthodologique » : <https://www.le-forum.org/news/99/7/Etat-des-lieux-de-la-pair-aidance>

chemin vers la professionnalisation avance doucement et soulève toute une série de questions : comment finance-t-on ces personnes, jusqu'ici souvent bénévoles ? Le pair-aidant fait-il partie de l'équipe ?... Idéalement, le pair-aidant doit avoir la même place que ses collègues et ne pas occuper une sous-fonction, leur rémunération doit être suffisante et ils doivent pouvoir bénéficier d'un soutien quand c'est nécessaire. Finalement, être attentif au bien-être et à la santé des pair-aidants, ce sont les questions classiques que l'on se pose pour tout travailleur. Il faut normaliser cette fonction afin de pouvoir les considérer comme des collègues ordinaires⁵. Pour Pierre Schepens, psychiatre et directeur de Silva Médical, « on n'est pas dans un profil de fonction, mais un peu dans un profil de mission, centré sur le fait d'être aussi porteur d'espoir », précise-t-il sur La Première.

Pour beaucoup d'acteurs de la santé et du social, il est essentiel que l'apport des pairs-aidants au sein d'une équipe et leur implication soient reconnus et valorisés. « Aujourd'hui, les associations promeuvent une rémunération, un groupe de travail intersectoriel se réunit régulièrement pour réfléchir au statut des pair-aidants », affirmait Muriel Allart, en 2022. Et depuis ? « Il y a toujours beaucoup plus de bénévoles que de salariés puisque c'est un métier qui n'est pas reconnu encore par une commission paritaire, collective », résume Cécile Histas (SMES), dans Bruxelles Laïque Echos. « Et donc, **on milite, enfin on milite, on se bat, on lutte, on travaille — peu importe les termes — pour reconnaître ce métier et essayer que ce ne soit pas un sous-métier**. Si nous, on est partant pour la complémentarité des savoirs, il n'en va pas de même pour tous les employeurs... ». Ces dernières années, on constate cependant de plus en plus de signaux politiques forts en faveur de la reconnaissance et d'un financement des savoirs expérientiels (lire p.34)

5. Extrait d'interview « Le pair-aidant, un collègue ordinaire », par Adeline Thollot, CBCS asbl, 5 mars 2022



RECONNAITRE SANS ENFERMER

Professionnaliser, c'est bien, mais c'est aussi un risque. La fonction doit avant tout être bien comprise, dans ses diverses formes et nuances, par les pouvoirs politiques, Jon V. met en garde : « Je crée un réseau à Verviers et en plus je suis payé pour le faire. Je suis aux anges, j'ai mon petit monde de pair-aidance qui ne ressemble peut-être pas à un autre et je m'en fous. Pour lui, **il y a autant de formes de pair-aidance qu'il y a de rétablissements. Vouloir cadrer, trouver un profil de fonction spécifique c'est bien, mais force est de constater que cela ne peut pas convenir à tout le monde**. Sur la légifération du statut, **il faut que le cadre puisse être assez large. Mais connaissant les politiques actuelles, ça va être la merde, on va vouloir faire rentrer les gens dans des cases**. Si on prend la définition de fonction, par exemple du fédéral (lire p.17), ça va être compliqué pour moi de travailler à partir de ça. Le statut devrait être reconnu, mais la fonction en elle-même, je ne suis pas 100% pour ». Christine Mahy, secrétaire générale du Réseau wallon de lutte contre la pauvreté (RWLP) insiste à son tour sur « les particularités de cette expertise [qui] doivent être prises en compte. Elle s'ancre dans un engagement citoyen. Mais cette dynamique sociale n'est possible que si les personnes sont mises dans les conditions adéquates pour s'y aventurer et s'y maintenir ». (lire p.37)

Actuellement, le défi consiste à **professionnaliser** les savoirs expérientiels pour permettre aux pairs-aidant-es d'en vivre (et non survivre) **tout en conservant leur pouvoir subversif et leur capacité à questionner les institutions et la société en général**. Cette reconnaissance, bien qu'essentielle, ne doit pas se faire au prix de leur liberté et de leur authenticité. La question reste ouverte, mais le débat avance.