

## COMPTE-RENDU DE FORMATION

### Comment développer l'aide entre pairs au sein des ACT ?

JEUDI 19 OCTOBRE 2017

---

#### Ce que vous savez/pensez de l'ETP et vos attentes pour la journée

Votre avis sur l'ETP :

- A Melun nous animons des ateliers individuels ou collectifs sur l'alimentation ou la pratique physique
- C'est nouveau
- C'est un outil qui permet à chacun de trouver son chemin
- C'est fondamental
- Cela permet « d'être au four et au moulin » (quand on est soi-même intervenant coanimateur)
- Ma revendication : plus d'écoute, de respect et de compétences au sein des équipes ACT

Vos attentes :

- Ecouter
- Trouver une solution pour me positionner vis-à-vis des autres résidents
- Avancer ensemble dans le bon sens
- Appliquer la communication non violente
- Transmettre ma force
- Mieux savoir jusqu'où s'impliquer dans la relation d'aide

---

#### Témoignages video de patient expert et de médiateur pairs en santé mentale

Télématin (université des patients et rôle du patient expert en ETP) :

<https://www.youtube.com/watch?v=Te2gmnl9UY>

Médiateurs pairs aidants en santé mentale (après 10 minutes)

<https://www.youtube.com/watch?v=i1WZcnvd-RU>

1 site sur les médiateurs de santé :

<http://www.cfmsp.org/>

---

#### L'ETP – Patient expert

Les deux piliers de l'ETP pour aider les patients à réussir à se soigner = renforcer :

- 1) Les compétences d'autosoin (comment s'organise au quotidien avec les contraintes de la maladie et des traitements)
- 2) Les compétences d'adaptation (« vivre avec »)

---

## Le contenu possible d'une formation des résidents

Durée : 7 à 10 jours

3 modules :

- 1) Prendre du recul sur sa propre histoire et apprendre à se protéger. Devenir intervenant quelque soit la pathologie → quel socle commun ?
- 2) Etre au clair sur la relation d'aide qui n'est ni de l'assistanat, ni de l'amitié
- 3) Apprendre à apprendre : savoir expliquer aux autres, utiliser des outils (pédagogie interactive)

---

## Le pair aidant / patient expert : un interface entre les patients/résidents et les professionnels de santé et de l'ACT

Il doit :

- Être formé
- Savoir écouter
- Etre valorisé dans l'équipe
- S'engager, parfois de façon militante (on doit devenir acteur de sa propre prise en charge)
- Etre « stabilisé » dans sa maladie

---

## Les difficultés rencontrées par les résidents (plusieurs post it par personne)

4 ensemble de difficultés

### 1. Vivre ensemble

Participer aux groupes d'expression  
Se faire entendre  
Gestion des litiges (en terme de disponibilité, calme + compréhension)  
Insultes, commérages  
Cohabiter à 2 dans 1 ACT  
Gestion des humeurs

→ rôle du résident-aidant : apaiser les tensions - médiation

### 2. Capacité à exprimer ses besoins

Difficulté à s'exprimer (ex : projet de vie)  
Erreurs de compréhension – malentendus

### 3. La peur du jugement, de la rupture de confidentialité

Les non dits aux professionnels (ex : sujets intimes)  
Les non dits face au risque de non respect de la confidentialité

→ rôle du résident-aidant : être un confident – relayer auprès des équipes

### 4. La vie quotidienne

Démotivation – démobilitation  
Se déplacer pour se rendre aux RDV médicaux ou administratifs  
Trouver son rythme de vie (sommeil, repas)  
Gestion du stress  
Se détendre, s'occuper

→ rôle du résident-aidant : « coach »

**VOCABULAIRE : s'identifier comme RESIDENT-AIDANT ou PATIENT-AIDANT ou d'ALLIE (allié)**

Sélection des compétences patients qu'un résident-aidant peut accompagner (cf référentiel de compétences du guide ETP de la FNH)

→ tous les domaines sont sélectionnés y compris ceux sur les traitements et les effets indésirables.

**Les signes verbaux et non verbaux de l'écoute (selon une expérience vécue)**

Description d'une situation où vous avez été écouté(e)

<b>Signes verbaux de l'écoute</b>	<b>Signes non verbaux de l'écoute</b>
« J'ai compris » Résume mes propos On va trouver une solution Je suis touché C'est une situation inédite, rare pour moi	Hoche la tête de façon authentique Acquiesce Est calme Attentif Montre qu'il est touché, choqué Sourcillement

Les 3 attitudes de l'écoute :

- Reconnaît ma situation, la valide : Empathie
- Respect inconditionnel
- Authenticité

→ 1 approche centrée sur la personne

---

**Ce qui serait utile à la suite de cette journée**

- 1) Suivre une formation de plusieurs jours
- 2) Renouveler ces journées d'échanges entre nous et mixtes résidents – professionnels
- 3) Créer un blog sur les bonnes pratiques de l'aide au sien des ACT
- 4) Définir les lieux d'interventions et rôles des résidents-aidants (médiateurs et/ou coach ETP)