**Le rétablissement**

**DIAPO 1**

Présentation des intervenants

**DIAPO 2**

Les troubles psychiques ont souvent pour conséquence d’entrainer un repli sur soi, des difficultés dans la relation à l’autre, qui peuvent engendrer un isolement.

Les Groupes d’Entraide Mutuelle, les GEM, ont pour première mission de lutter contre l’isolement et de prévenir l’exclusion sociale, facteurs aggravants de la maladie.

Nous illustrerons notre propos par des exemples issus de l’observation du parcours d’adhérents de deux GEM palois : Le SAS Béarn et le GEM Emploi Pau.

**DIAPO 3**

La convivialité et le lien social sont primordiaux au sein de ces deux associations. Une vingtaine d’activités servent de support pour aider les personnes dans leur rétablissement fonctionnel.

**DIAPO 4**

Les cours de langues, l’anglais ainsi que l’espagnol, permettent d’apprendre tout en développant ses capacités de communication.

**DIAPO 5**

Les ateliers écriture et peinture aident à s’exprimer au travers d’activités culturelles et artistiques. Durant les temps d’accueil, les adhérents peuvent jouer à des jeux ou simplement discuter autour d’un café et créer ainsi des liens amicaux.

**DIAPO 6**

L’atelier informatique ou cybercafé est l’occasion pour une trentaine d’adhérents de se retrouver et d’échanger. L’initiation ou le perfectionnement en informatique, à visée ludique pour certains, peuvent revêtir un caractère plus utilitaire pour des démarches administratives. Cela peut être également une première étape dans la formation à des logiciels bureautiques ou l’occasion de rédiger des CV. Dans le cadre d’un retour vers l’emploi. La notion de pair-aidance s’illustre parfaitement sur cette activité encadrée par de nombreux adhérents bénévoles.

**DIAPO 7**

Quand aux activités sportives, elles permettent de se remobiliser physiquement, et pour certains adhérents de s’inscrire par la suite dans des clubs sportifs traditionnels.

Au cours de ces activités, on retrouve toujours un non de jugement de l’autre, de l’entraide et de la solidarité, ce qui favorise une revalorisation du capital confiance.

**DIAPO 8**

Le SAS Béarn est une association qui a été créée en octobre 2000 par un groupe de patients du Centre Hospitalier Spécialisé de Pau, en voie de rétablissement. Ils avaient pris pour habitude de se retrouver autours d’activités amicales de sport et de loisirs à l’extérieur de l’hôpital et de s’entraider dans la vie quotidienne.

La pair-aidance est donc bien à l’origine de notre association qui deviendra un GEM en 2005.

Dés sa création, les membres fondateurs de l’association ont repéré les risques liés à la stigmatisation par rapport à la maladie psychique.

Pour les réduire, ils ont adopté deux principes spécifiques au SAS Béarn :

- une mixité relative des publics

- une communication externe différenciée

**DIAPO 9**

La mixité des publics  s’apparente à une pair-aidance préventive; l’idée est d’agir en amont pour des publics fragilisés, en souffrance psychosociale pouvant présenter un risque accru face aux maladies psychiques.

D’autre part, cela garantit à l’ensemble des participants un anonymat, une confidentialité par rapport à leur vécu ou passé psychiatrique. Cette mixité des publics permet de limiter la stigmatisation du SAS Béarn en tant que structure et l’auto-stigmatisation des adhérents qui sont des freins au rétablissement expérientiel.

**DIAPO 10**

On peut faire un parallèle entre la stratégie de communication décrite par le sociologue Erving Goffman dans son ouvrage « Stigmate » et celle adoptée par le SAS Béarn. Goffman a montré que les patients en psychiatrie, pour se protéger, ont tendance à parler plus ou moins de leur pathologie en fonction de leur interlocuteur : famille, amis proches, amis éloignés ou employeur.

Le SAS Béarn a adopté, en tant que structure, une stratégie comparable en ayant une communication externe différenciée en fonction du profil de ses interlocuteurs : structures médicales, familles de patients, structures du social, associations partenaires ou grand public. Par conséquent, aucune mention relative à la maladie psychique ne figure sur notre plaquette grand public.

Grâce à ces deux principes, le SAS Béarn accueille un public en souffrance psychique plus large et notamment des personnes malades psychiques plus autonomes qui ne fréquentent pas les GEM traditionnels. C’est leur implication qui donne leur véritable sens aux valeurs de pair-aidance et d’empowerment.

**DIAPO 11**

L’empowerment ou pouvoir d’agir est essentiel dans le processus de rétablissement.

Développer la capacité d’action des adhérents au sein du SAS Béarn et du GEM Emploi Pau font partie des priorités des 2 associations.

Les Projets et Initiatives des Adhérents (PIA) sont une première étape de ce processus. Initiés par des adhérents, ils peuvent consister à organiser un évènement ponctuel (sortie à vélo, sortie théâtre,…) ou des projets de plus grande ampleur (réalisation d’une fresque sur plusieurs mois, rénovation des locaux,…).

**DIAPO 12**

Le bénévolat peut représenter une seconde étape. dans le niveau d’implication des adhérents. Sa mise en œuvre est adaptée aux spécificités de la maladie psychique. Notamment, le concept de poste partagé prévoit la formation de plusieurs personnes sur une même tâche. Elles peuvent intervenir alternativement en fonction de leur état de santé du moment, ce qui limite le stress des intervenants et garanti une continuité de la prestation.

Les personnes se forment entre elles en s’entraidant ce qui crée une pair-émulation et une montée en compétence à la fois des personnes encadrantes et des personnes encadrées.

Les bénévoles ont exprimé le fait que le bénévolat faisait appel à des compétences comparables à celles d’une activité professionnelle sans le stress induit sur un poste salarié.

Le bénévolat apporte confiance en soi, valorisation de ses compétences, aisance relationnelle, sentiment d’être utile, reconnaissance sociale.

Sur 300 adhérents, Le SAS Béarn comptabilise 40 bénévoles.

Depuis 20 ans, cette organisation a permis un développement des activités du SAS Béarn de manière satisfaisante.

La montée en compétences des personnes augmente leur autonomie et rend l’autogestion possible.

Le rôle des animateurs salariés du GEM a évolué : ils sont devenus des « coachs » ayant davantage un rôle de tuteur et de coordinateur.

**DIAPO 13**

Le travail a un rôle déterminant dans l’inclusion des personnes handicapées.

La reprise d’une activité professionnelle peut signifier pour les personnes un retour à un état antérieur à la maladie, étape importante dans l’évolution vers le rétablissement.

Pourtant, parmi les 300 adhérents du SAS Béarn, très peu accèdent à un travail rémunéré en milieu ordinaire alors qu’ils démontrent dans le GEM des capacités et des niveaux de qualification élevés, qui pourraient être transposés dans le domaine professionnel.

Les solutions proposées par ailleurs (orientation en ESAT, bilans de compétence…) ne leur conviennent pas dans la mesure où elles sont plus adaptées à la déficience intellectuelle qu’au handicap psychique et ne permettent pas un retour dans un milieu professionnel ordinaire.

C’est pour cette raison que le SAS Béarn développe depuis 2017 un Projet Emploi expérimental. Notre action a reçue en 2018 à Bordeaux le Premier Prix Région Grand Sud Ouest de la Fondation de France.

**DIAPO 14**

Ce projet a abouti à la création du GEM Emploi Pau (GEP) en octobre 2019, dédié à l’insertion professionnelle de travailleurs en situation de handicap psychique en partenariat avec le SAS Béarn et différents acteurs institutionnels comme le Dispositif Emploi Accompagné 64. (diapo).

**DIAPO 15**

Le GEP propose des mises en situation de travail, ainsi que des missions rémunérées (via l’Agence Paloise de Service) pour à ce jour une douzaine d’adhérents, avec un potentiel de 30 bénéficiaires à court terme.

**DIAPO 16**

Des missions administratives, de secrétariat, de comptabilité et d’animation, sont effectuées de manière permanente. D’autres actions sont plus ponctuelles comme le chantier de rénovation des locaux de l’UNAFAM. D’autres projets de missions sont en cours d’étude.

Ces tâches relèvent en majorité du secteur tertiaire et sont supervisées par un tuteur, garant du bon déroulement de la mission.

Par la suite, la création d’une plateforme de services sous forme de SCOP pourrait être un aboutissement de ce projet.

CONCLUSION SUR LE RETABLISSEMENT

Le processus de rétablissement évoqué ici ne concerne qu’une minorité parmi les 300 adhérents du SAS Béarn. Cependant, ces observations remettent en cause la présomption d’incurabilité qui était admise à une certaine époque.

Les parcours n’étant pas linéaires, le recours au soin doit pouvoir se faire à tout moment et certaines techniques médicales comme la Remédiation cognitive ou les Thérapies Cognitivo-comportementales permettent d’étayer le rétablissement fonctionnel.

Les mises en situation de travail proposées au SAS Béarn et au GEM Emploi Pau permettent de retrouver le pouvoir d’agir et de décision nécessaire à l’autonomie et au rétablissement. L’autogestion réalisée dans ces groupes d’entraide mutuelle participe à la reprise en main de sa vie, et redonne une perspective d’avenir aux adhérents.

La redéfinition du projet de vie et des aspirations professionnelles favorise le rétablissement subjectif des personnes.

Les similitudes rencontrées dans les parcours allant du bénévolat vers l’emploi mettent en évidence des corrélations et des invariants qui apportent un éclairage dans le mécanisme du rétablissement.

L’utilisation de ces savoirs expérientiels en complément des études théoriques menées sur le thème du rétablissement pourraient contribuer à la mise en œuvre de nouvelles stratégies thérapeutiques accessibles à un plus grand nombre de personnes.