



HAL
open science

Supairaidant : Un projet participatif et collaboratif autour de l'amélioration de la qualité de vie des aidants proches

Catherine Denève, Léa Forster

► **To cite this version:**

Catherine Denève, Léa Forster. Supairaidant : Un projet participatif et collaboratif autour de l'amélioration de la qualité de vie des aidants proches. 12ème Congrès de l'Association Francophone de Psychologie de la Santé - Juillet 2023 - Montpellier, Jul 2023, montpellier, France. <hal-04324210>

HAL Id: hal-04324210

<https://hal.science/hal-04324210v1>

Submitted on 5 Dec 2023

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



HAL Authorization

Supairaidant : Un projet participatif et collaboratif autour de l'amélioration de la qualité de vie des aidants proches

Catherine Denève¹ & Léa Forster²

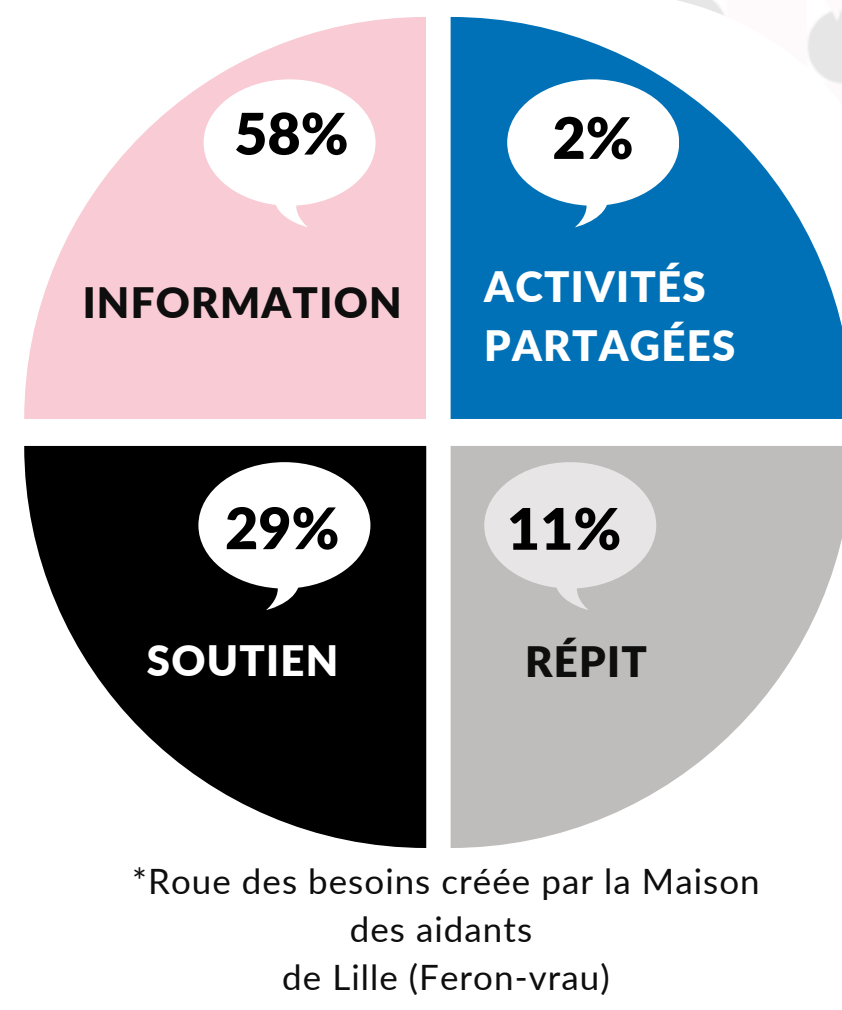
¹ETHICS - Ethics on experiments, Transhumanism, Human Interactions, Care & Society ; Ensembl - Unité d'apprentissage en démarche Living Lab, Université Catholique de Lille, France

²Plateforme de répit de Lille, Feron-Vrau, Université Catholique de Lille, France

CONTEXTE

TROIS CONSTATS DE TERRAIN :

- Être aidant proche génère une importante fatigue physique et psychique
- Les aidants sont de plus en plus nombreux, les aider devient un enjeu de santé publique
- Besoin d'échanger avec d'autres, vivants ou ayant vécu une situation similaire à la leur afin de réfléchir à leur vécu (cf. Roue des besoins)



CHOIX DE L'EXPÉRIMENTATION EN PAIR-AIDANCE AVEC ET PAR LES AIDANTS :

- Adaptation d'une méthode d'analyse de pratique (co-développement) aux situations problématiques des aidants : une méthode de groupe qui permet de ne pas générer trop d'angoisses contrairement parfois aux groupes de parole d'aidants
- Perspective participative et collaborative avec et par les aidants : favoriser l'engagement, la participation sociale pour éviter de subir la situation liée à la maladie du proche

LA PAIR-AIDANCE EN THÉORIE

- Castro (2020) : "Forme de relation d'aide offerte par des non-professionnels à des personnes avec lesquelles ils partagent la même problématique".
- Processus de la pair-aidance : soutien émotionnel ; soutien identitaire ; quête de sens.

MÉTHODE

SUJETS :

Expérimentation réalisée avec la plateforme de répit de Lille avec :

- **3 pairs-aidants** (2 femmes/1 homme, moyenne d'âge = 76 ans) ;
- **13 aidants** (11 femmes/2hommes, moyenne d'âge = 71,72ans) ;
- **3 professionnels de l'écoute** (2 femmes/1 homme, moyenne d'âge = 47, 66 ans)

PROCÉDURE ET MATÉRIEL :

PHASE 1 : FORMATION DES PAIRS-AIDANTS

- Recrutement et information aux pairs-aidants
- Formation des pairs-aidants au co-développement (3 séances) : technique d'analyse de pratique consistant à exposer aux aidants "écoutants" une difficulté rencontrée avec son proche malade. Le but est d'obtenir des retours pour amener l'aidant "exposant" à prendre du recul par rapport à la difficulté rencontrée.
- Formation des pairs-aidants à l'écoute active, à leur demande.

PHASE 2 : EXPÉRIMENTATION EN PAIR-AIDANCE

- Recrutement et information aux aidants
- Séances de co-développement animées par un binôme pair-aidant/professionnel de l'écoute : 4 séances de co-développement avec 3 groupes d'aidants, intercalées de séances de supervision.
- Bilan avec les pairs-aidants : ajustement de la méthode et co-construction avec et par les pairs-aidants.

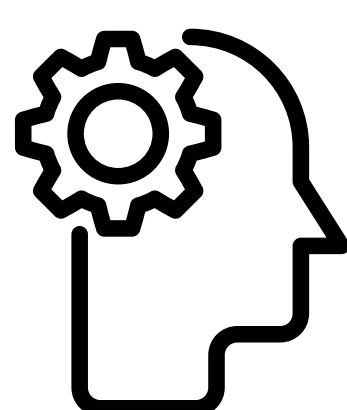
ÉVALUATIONS :

Sur le vécu de la formation par les pairs-aidants (questionnaire) ; sur le fardeau de l'aidant avant et après les séances (questionnaire) ; sur le vécu du process par les pairs-aidants et les aidants (entretiens semi-directifs).

RÉSULTATS

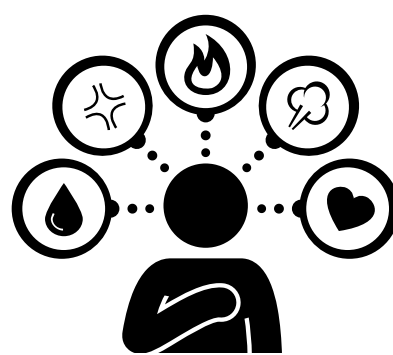
Chez les aidants

Quête de sens



- Le projet arrive au bon moment dans leur parcours d'aidant ;
- Possibilité de se projeter plus facilement dans l'avenir grâce à l'inspiration que leur renvoie les pairs-aidants : "la vie est possible après".

Soutien émotionnel



- Sentiment d'apaisement, parce qu'ils sentent compris ;
- Avoir pu déposer et remanier leur vécu d'aidant.

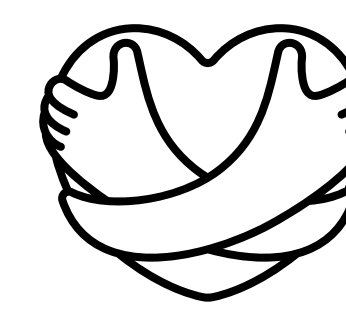
Soutien identitaire



- Soulagement de parler à des personnes qui comprennent rapidement sans juger ;
- Importance de partager la même chose que les autres et ne pas se sentir isolé, de partager et transmettre son vécu et recevoir en retour.

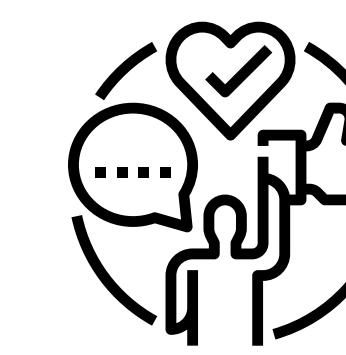
Chez les pairs-aidants

Estime de soi



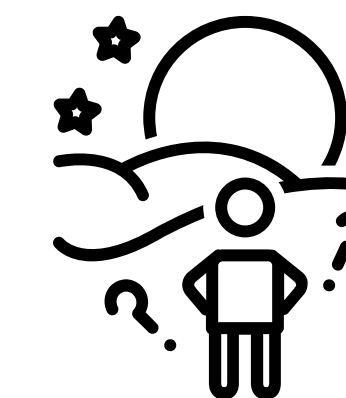
- Ressentir un sentiment d'utilité ;
- Avoir une attitude positive vis-à-vis d'eux-mêmes.

Transmission de compétences



- Acquisition d'une série de compétences "techniques" pendant l'aidance ;
- Être aujourd'hui en mesure de transmettre ces compétences à des aidants.

Processus de deuil



Le groupe de pairs-aidants exprime continuer à avancer dans son processus de deuil grâce à leur participation dans le projet.

CONCLUSION

- Les résultats obtenus font écho au **processus et aux effets de pair-aidance** décrits dans la littérature : dans le cadre du projet « supairaidant », les aidants et pairs-aidants ont partagé leurs histoires, ont trouvé des modèles d'identification, ont offert de l'inspiration et du soutien, et apporter leur expertise.
- **Le projet est mis en pratique à la Plateforme de Répit de Lille**, c'est une réponse à une offre manquante autour de « l'après-aidance ». Les aidants expriment le besoin de rester en lien avec des pairs après le décès de leur proche.
- **Limites et suites du projet** : il s'agira de déployer le projet sur une plus grande échelle pour venir confirmer les effets obtenus ; un travail important de pédagogie et de capitalisation de la méthode d'accompagnement en pair-aidance est en cours avec l'élaboration d'un kit méthodologique « devenir supairaidant ».

RÉFÉRENCE

- Bonnamy, A. (2019). *Le pair-aidant : un nouvel acteur du travail social ?* Montrouge, ESF, Editeur.
- Campéon, A., Bihan, B. L., Mallon, I., & Robineau-Fauchon, I. (2020). « Le moindre grain de sel, et c'est la pagaille » : Retour sur la condition des proches aidants. *Gerontologie et société*, 42 / n° 161(1), 13-29.
- Le Journal des Psychologues (2020). *Le soutien par les pairs. La place du psychologue*, n°374.
- Payette, A. & Champagne, C. (2000). *Le groupe de co-développement professionnel*. Québec, Presses de l'Université de Québec.
- Routier, C., D'Arripe, A., Flamen, I., Fourny, I., Henry, C. & Soyez, S. (2020). *Les laboratoires vivants comme producteurs de significations sociales négociées. Une Brève analyse d'Humanité sous l'angle de la sociologie de la traduction*. In V. Lehmann & V. Colomb, *Innovation collective : enjeux, dispositifs, acteurs*. Montréal, PUQ.

12ème Congrès de l'Association Francophone de Psychologie de la Santé - Juillet 2023 - Montpellier