



www.reseanomade.be

**Compte-rendu Midi Nomade - 05/06/2024, 12.00-14.00 à la Smart,
72 rue Coenraets, 1060 Bruxelles**

Midi Nomade co-organisé avec PsyBru au sujet des partenariats pair
aide dans le champ des soins psychologiques de première ligne

Intervenant·e·s : Michel Joris, Amélie Haenecour, Frank Vanbiervliet

Pour ce deuxième midi Nomade de l'année 2024, le Réseau Nomade, s'allie avec PsyBru, convention « soins psychologiques de première ligne » de l'INAMI.

La séance se déroule en deux temps : un premier temps de présentation introduisant PsyBru et des expériences de partenariats ; un deuxième temps de discussion avec l'assemblée, qui comprend des représentant·e·s d'associations inscrites dans des démarches de pair aide et des pair-aidant·e·s (PAT, FAPAF, Plateforme bruxelloise pour la santé mentale, Forum Bruxelles contres les inégalités, TRAPES, FARES, Dune, ...). Ce compte-rendu reprend synthétiquement ces deux moments.

PsyBru : introduction et expériences

a) Qu'est-ce que PsyBru ?

Il s'agit de la version bruxelloise du projet de remboursement de soins psychologiques financé par l'INAMI (Institut National d'Assurance Maladie Invalidité), orchestré par le SPF Santé Publique (Service Public Fédéral Santé Publique) et mis en application au niveau local par les réseaux santé mentale, Brumenta pour les adultes et Brustar pour les enfants et adolescents jusqu'à 23 ans.

C'est pour éviter ce long préambule que le nom

PsyBru est retenu il y a un an et demi, en cohérence avec d'autres projets, comme PsyNam (à Namur). Le projet existe depuis 2019 mais a été remanié notamment suite aux retours du terrain.

Michel Joris est ambassadeur de PsyBru. Cette fonction existe depuis la deuxième convention du projet. Elle sert à faire connaître le projet, en développer la communication (site internet, notamment), inviter les partenaires, insuffler une dynamique pluridisciplinaire au sujet de la santé mentale, notamment au niveau des communes, et pour tous les acteurs et actrices social-santé, les antennes de santé mentale et les bassins de soin (avec le PSSI), ainsi que les psychologues subventionné·e·s.

PsyBru est bien un projet fédéral, et inter-fédéral, fruit d'accords entre tou·te·s les ministres de la santé, fédérale et entités fédérées. Dans un contexte où les problématiques de santé mentale concernent de plus en plus de monde, et à tous les niveaux de la société (un·e belge sur trois en 2018), et dans lequel les gens attendent toujours assez longtemps avant de recourir à des soins psychologiques (raisons financières, stigmates, barrière symbolique, psychologique), PsyBru entend aider à la démocratisation de l'accès aux soins psychologiques, en sortant les psychologues des cabinets notamment, et en les plaçant notamment dans des maisons de jeunes, des services médicaux, lieux de préventions, bref des



www.reseaunomade.be

milieux déstigmatisés « santé mentale ». Un deuxième aspect de santé publique important de ce projet est qu'il s'inscrit comme une étape de la réforme 107 (créations de dispositifs ambulatoires en psychiatrie). Cette réforme avait consacré son énergie à des problématiques graves, en négligeant les problématiques légères à modérées (soit, 80% des problèmes psy). L'idée est également de désengorger les systèmes de santé mentale qui pourront travailler sur des personnes qui nécessitent un accompagnement pluridisciplinaire, ou des accompagnements plus lourds.

L'objectif est de toucher les personnes dans les situations les plus précaires également, en offrant des soins avec des coûts bien moindres (groupe : 2.5€/2h ; 11 ou 4^e intervention individuel ; gratuit si moins 24 ans). Malheureusement, il faut encore être en ordre de mutuel pour bénéficier de cela, alors qu'il existe une commune de personnes sans papiers à Bruxelles (en séance individuelle ; en séance de groupe il faut 4 personnes pour le faire, donc on peut imaginer une groupe de 10 personnes comprenant 6 personnes sans papiers pour faire un trajet de groupe).

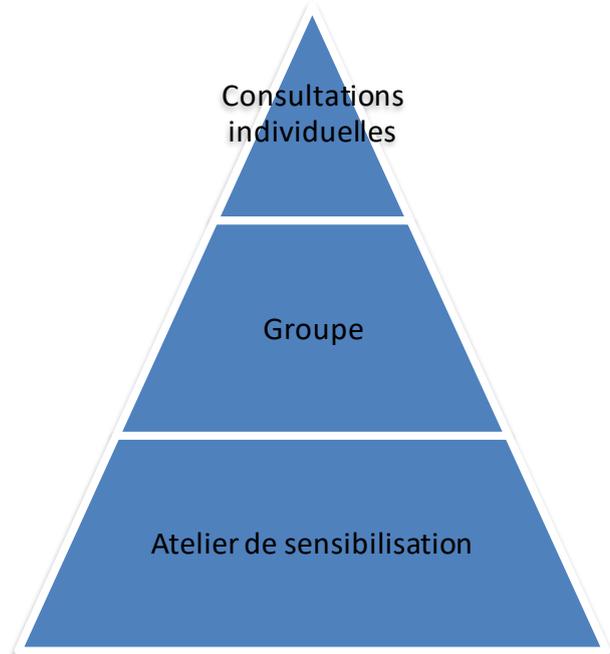
b) Quels concepts ?

Les deux grands concepts qui ont façonné le projet sont ceux de *stepped care* et de *matched care*.

Le *stepped care* c'est l'idée de pouvoir opposer un accompagnement adapté et progressif aux personnes qui en ont besoin. Cela donne lieu à des projets de première étape de sensibilisation, des projets communautaires sans nécessités administratives (pas de CI), on s'adresse à un groupe d'une dizaine de personnes, sur des thématiques relativement larges pour lesquelles on donne conseils et outils. La logique est

communautaire / littératies en santé pour outiller les citoyens et citoyennes. Ensuite, il existe des possibilités d'accompagnement en groupe, dans une dimension plus thérapeutique, première ligne, problématiques légères à modérées, avec une dimension plus formelle administrativement. L'idée est celle d'un trajet de soin collectif. Enfin, les consultations individuelles, avec 10 premières semaines (soutien/guidance) et 20 séances suivantes (traitements psychologiques de problématiques légères à modérées). Les soins sont proposés « en étapes » **stepped** avec une gradation dans l'intensivité des soins.

Cela permet une allocation efficace des ressources et une plus grande accessibilité des soins.



Le deuxième concept clé est celui de *matched care*. L'idée est alors de prévoir les soins les plus *adaptés* aux besoins individuels, à la situation du patient, et à son environnement. C'est aussi l'idée d'être accompagné par les gens avec qui cela correspond le mieux (*to match with*). Bien souvent ce sont les expert·e·s du vécu et les pair aidant·e·s qui sont les



www.reseanomade.be

plus adapté-e-s.

Quels sont les freins à ces pratiques ?

c) Collaborations avec la pair aideance

Les consultations individuelles restent l'apanage des psychologues, mais les séances de groupe et les ateliers de sensibilisation sont parfois conçus en co-animation entre deux profils. Cela existe, encore trop peu, et il convient de généraliser ces binômes. Pratiquement, peut facilement l'organiser. Il suffit qu'une structure ou un-e pair aidant-e souhaite initier une pratique de ce style contacte les ambassadeurs de PsyBru, les profils sont mis en relation et le binôme qui *match* le plus est lancé. Cette co-animation de 2h est payée 140€ environ. Des exemples d'ateliers de sensibilisation existent sur le site internet de PsyBru. Voici quelques projets existants : à destination des enfants : « harcèlement scolaire, comment avoir de la répartie et développer de la confiance en soi » ; « je ne suis pas fou ! » qui est un travail de déstigmatisation ; pour les parents « limites éducatives » « rapport aux écrans », ...

En plus des ateliers de sensibilisations, des séances co-organisées et animées en groupes existent pour des sujets variés : « apprivoiser ses émotions », « phobies scolaires », « ateliers corps et musiques », ...

Enfin, il existe un projet proche de la création d'une ligne 0.5, basé sur la formation et l'outillage des acteurs social-santé de première ligne, autour de problématiques concernant les bénéficiaires. C'est appelé « partage d'expertise », et concerne donc un parallèle entre l'associatif et les soins psychologiques. C'est aussi destiné aux aidant-e-s proches et bénévoles (« exil santé mentale », « trouble apprentissage », « accompagnement personnes malentendantes », « se préserver en tant que personne accompagnante », ...).

Historiquement, une plateforme de pair aideance bien connue avait été sélectionnée pour porter le projet (En Route), mais au moment de la mise en place de ce soutien, cette association disparaît et les projets avec eux. La plateforme de la santé mentale permet de relancer le projet, mais nous sommes encore au démarrage.

Un deuxième frein : il manque un formateur pour former les psychologues de première ligne à ces nouvelles collaborations. Cela ne fait pas encore partie de leurs manières de fonctionner et ce changement de culture nécessite du temps et de l'accompagnement. L'accompagnement en groupe est parfois une nouveauté de plus qui, elle aussi, nécessite une transition pour le ou la professionnel-le, et une sensibilisation.

En Flandre, notamment (herstelacademie, académie du rétablissement) la focalisation de la pair aideance se fait sur problématiques psychiatriques plus lourdes. Rien qu'en termes de formation à la co-animation, ça n'est pas si évident. Enfin, au niveau financier, on ne peut co-animer en tant que bénévole. Il existe quelques indépendant-e-s en Flandre, mais il faut autorisation du médecin conseil, et cela s'apparente à un dispositif administratif lourd.

L'accompagnement individuel n'est pas encore pensé en collaboration (via l'INAMI). Par ailleurs, les personnes présentes autour de la table qui développent un accompagnement à l'engagement de personnes pair aidantes constatent empiriquement une résistance de la part des psychologues à cette éventuelle collaboration. Cela refroidit parfois certaines ardeurs également.



www.reseaunomade.be

d) Expériences de collaboration

- Retour sur une expérience à la ferme Nos Pilifs

Amélie et Frank partagent plusieurs exemples concrets. Amélie Haenecour aborde le cas d'une collaboration avec la mutualité chrétienne, la Ferme Nos Pilifs, qui a fait le lien avec le public en demande du sujet, et la co-animatrice experte du vécu et la psychologue. Le sujet est celui de parents d'enfants concerné par le spectre du trouble autistique. L'experte du vécu est donc maman d'un enfant de 17 concerné, elle dispose déjà d'une expérience d'animation de groupe. Au niveau administratif, c'est la Mutuelle qui a fait le lien, car cette dame étant bénévole il faut passer d'une manière ou d'une autre par une structure gérant cela administrativement (rémunération) et pour le suivi de formation. La ferme Nos Pilifs avait fait la demande, en suivant les personnes les visitant. Il y a d'ailleurs eu plus de demandes que de possibilités.

Après collaboration, le retour sur expérience illustre que l'experte du vécu s'est concentrée sur ce qu'elle a expérimenté dans son rôle de mère, ce qui créait une proximité avec le public concerné. Les participant·e·s appréciaient pouvoir s'identifier et recevoir une expérience positive. Cela a aidé les parent·e·s qui posent des questions très concrètes sur ce qu'ils vivent ou vont vivre (la propreté, le futur, la puberté, l'alimentation, le sommeil ...). La psychologue apportait plus des éléments théoriques psychologiques, liées aux développements, aux comportements et aux thèmes concrets mentionnés par les parent·e·s. La psychologue gérait également le temps de parole, pour permettre à toutes et tous de s'exprimer. Elle gérait aussi le côté cadre, logistique. Ces rencontres ont été préparées par les différents partenaires, les enjeux méthodologiques, le

public cible, les thématiques et les objectifs validés progressivement avant la rencontre. Ce sont finalement les questions/réponses qui ont pris le plus de place. L'expérience a été vécue positivement par le binôme, malgré quelques questionnements sur comment gérer les débordements émotionnels, trouver l'équilibre entre écoute, accompagnement et donne de la place à tout le monde. Une autre difficulté est liée au caractère inconnu des thèmes qui vont émerger, mais c'est propre à chaque groupe. Les questions ont beaucoup concerné les enfants et moins les parents par exemple. Le couple était un objet un peu moins traité également.

En termes de retour, les participant·e·s ont parfois souhaité ouvrir le groupe plutôt que des groupes fermés. Les retours sont positifs à part cela. Plusieurs thématiques demandent toutefois encore approfondissement.

Administrativement, c'est parfois complexe en raison du peu de personnes salariées pair aidantes. Quand la personne est bénévole, il faut passer par une association, et ça n'est pas toujours évident. Ce constat est fréquemment répété, et invite à travailler avec des associations pour qui ces démarches ne sont pas trop lourdes.

- Travail Politique en Flandre

Frank Vanbiervliet va plutôt présenter le travail politique mené en Flandre à partir des *herstelacademy* (académie du rétablissement). Les académies du rétablissement sont basées sur un modèle anglo-saxon (les *Recovery Colleges*), qui forment des experts de vécu à devenir des entraîneurs pouvant donner des cours, co-crées avec des professionnel·le·s de la santé mentale : « soutien à la parentalité », « comment atteindre le bien-être », « promenade dans les champs », « vue alternative sur l'électronique ». PsyBru a eu un changement structurel pour créer plus de groupes



www.reseanomade.be

et les académies avaient besoin d'expertise, donc une collaboration a été pensée. Mais ça n'était pas si simple. L'académie est hébergé par les réseaux santé mentale (cfr Brumenta à Bruxelles), mais au sein des comités du réseau, beaucoup de résistance émerge, parce que les thématiques travaillées sont associées à des troubles chroniques psychiatriques. La co-création égalitaire est aussi une difficulté pour les psychologues, qui ne voient pas tout de suite l'intérêt d'un apport expérientiel, en lien avec la tradition de hiérarchie des savoirs. Il y a encore beaucoup d'ignorance au sujet des patient-e-s partenaires de la part des psychologues également, ou du côté des coordinateurs-ices locaux.

Avec l'ensemble des *herstelacademie* et un nombre important de coordinateurs locaux, PsyBru crée une note imposant à l'ensemble du réseau, avec le soutien du SPF, d'au moins pouvoir se concerter au sujet des initiatives et offres existant, pour éviter de faire plusieurs fois la même chose. C'est encore au démarrage, mais certaines collaborations commencent à bien fonctionner. Les académies également s'intéressent à ce début. Frank interroge ensuite la salle pour avoir des conseils pour développer au mieux ce type de projet, lançant ainsi la discussion collective.

Discussion collective : quels freins à de tels projets ?

Cette section propose une synthèse nos échanges au sujet des difficultés de mise en place de partenariats similaires à ce qui a été présenté par PsyBru.

- Aspects financiers

C'est premièrement l'aspect financier qui est évoqué. Car sur les 145^e prévus, pour un

indépendant, beaucoup sont taxés. Une personne de l'assemblée évoque d'expérience que ces 140^e deviennent souvent moins de 60^e. Ce caractère léger pour un revenu ponctuel n'est par conséquent pas attrayant et n'invite pas à s'engager. La distinction de salaire entre le pair aidant et le ou la psychologue indique aussi une inégalité de reconnaissance (économique) des savoirs qui peut refroidir les ardeurs à s'inscrire dans un partenariat.

Le décalage entre budget et besoins psychologiques est aussi pointé du doigt.

- Devoir passer par une association

Le fait de devoir passer par un intermédiaire (une association) peut refroidir les personnes intéressées par un partenariat. De plus cela instaure une hiérarchie des savoirs implicite, en plus de l'inégalité financière.

- Un impensé entre l'ambulatoire et les psychologues de première ligne ?

Le fait de ne pas penser les rapports entre suivi ambulatoire et soins psychologiques de première ligne est aussi mentionné comme facteur fragilisant les initiatives telles que celles de PsyBru. La saturation des SSM (services de santé mentale) est donc également liée à cette question. Or l'expert-e de vécu et le/la psychologue peuvent avoir cette formation pour rediriger efficacement.

- Question administrative/embauche

La question de l'offre d'emploi et de comment elle doit être pensée est aussi apparue dans notre discussion. Pourtant celles-ci existent ! Il faut insister sur l'idée que la formation est *partagée*. Trop de domination d'une profession sur le pair aidant risque de décourager. La légitimité du pair aidant doit être soutenue, dans la letter



www.reseanomade.be

d'embauche comme dans les pratiques concrètes.

- Flou associatif ?

Le nombre d'associations au sujet de l'expertise du vécu/ pair aidance, voire de termes différents pour les qualifier, peut poser problème et diluer les envies participatives de personnes pouvant pourtant y aspirer. Ces termes, liés à des profils de fonction, des rémunérations et des formations méritent d'être clarifiés. Le temps des pair aidant-e-s est actuellement surchargé en raison du début de ces pratiques et il faudra que cela se tasse progressivement pour permettre aux pair aidant-e-s de sereinement postuler à ce genre de projet.

La discussion se termine sur l'ouverture de projets de collaborations à venir.