

Présentation et objectifs

Entreprendre et maintenir des activités sociales et des loisirs sont des éléments importants dans la gestion de la santé de chacun. Pour les personnes souffrant d'une maladie psychique récidivante telle que la schizophrénie, cela peut être plus difficile à réaliser que pour la moyenne des gens.

La difficulté à éprouver du plaisir pour des activités considérées autrefois comme agréables, la perte d'intérêt, le manque d'énergie et de motivation sont des difficultés majeures à surmonter.

Depuis maintenant trois ans Le Relais a mis sur un pied un service d'accompagnement pour les personnes vivant ce type de difficultés. Les objectifs de ce service sont les suivants :

- rompre l'isolement en favorisant les nouvelles relations et activités.
- dédramatiser la maladie mentale auprès de la communauté.
- procurer un soutien additionnel au réseau familial et social déjà existant.

Le service est constitué de bénévoles intéressés à faire le « premier pas » vers des personnes souffrant de troubles psychiques et ayant de la difficulté à renouer des relations sociales. Les bénévoles (appelés accompagnants) cherchent à développer une relation amicale à l'aide d'activités sociales et de loisirs, plutôt qu'une relation thérapeutique. Ils bénéficient d'une formation de base (sensibilisation avec la maladie et ses traitements, partage des connaissances avec les accompagnants expérimentés) ainsi que de la supervision mensuelle d'un professionnel de la santé.

Les personnes bénéficiant de ce service (appelées accompagnés) ont certaines difficultés à organiser leurs loisirs et à reprendre une vie sociale plus active. Elles sont toutes stabilisées sur un plan psychique et suivies sur un plan médical. En général ce n'est pas la principale personne concernée qui fait la demande (elle ne connaît pas ce service et a de la difficulté à initier ce type de démarche), mais ses proches qui la font pour elle. Un élément important : l'activité peut être proposée par les proches, mais ne doit pas être imposée. De plus, un minimum de compétence sociale est requis pour pouvoir réussir à créer des liens avec l'accompagnant.

Cette activité encore récente pour Le Relais (*), a été mise sur pied par Marlise Giarini, avec le soutien de Jérôme Favrod, secondé par Villa Pillonel jusqu'à la fin '99. Depuis janvier 2000, Aviva Dattel a repris la fonction de responsable du service d'accompagnement pour le Relais. Gérard Langlois, infirmier en santé mentale, intervient auprès des accompagnants en leur procurant soutien et supervision depuis 1998.

Jusqu'à maintenant les résultats sont positifs et encourageants. De véritables liens se sont créés entre accompagnants et accompagnés, évoluant d'une relation amicale « artificielle » à une relation amicale beaucoup plus naturelle par la suite. D'activités

programmées et d'un système de rendez-vous initial assez rigide, nous avons observé un changement progressif dans les rencontres, ou l'accompagné gagnant en confiance, arrive à proposer des activités (ce qui est généralement fait par l'accompagnant au début), à prendre des initiatives pour fixer ou encore pour changer un rendez-vous, et à s'intéresser à la personne qui l'accompagne. Ne disposant pas encore de moyens d'évaluation adéquats, nous ne savons pas si ces acquis sont transposables dans des relations avec d'autres personnes que l'accompagnant, même s'il est vrai que ce n'est pas l'objectif principal poursuivi ici.

Une chose essentielle, on y retrouve une source de valorisation mutuelle. C'est-à-dire que même les accompagnants tirent beaucoup de plaisir des sorties et activités faites avec la personne qu'ils accompagnent.

Il faut souligner que cela ne fonctionne pas dans tous les cas. Parfois après une ou deux rencontres, il est nécessaire d'arrêter l'accompagnement, que ce soit par une absence de motivation de la personne accompagnée, un manque d'affinités, ou par une carence élevée de compétences sociales (liés aux séquelles de la maladie ou bien à une période de crise).

Pour l'instant, le service est d'une taille très modeste. Il est constitué de six accompagnants, et comme chaque accompagnant est jumelé avec un accompagné, les possibilités restent limitées. Le choix d'un jumelage unique a été nécessaire de façon à respecter la disponibilité des bénévoles et à ne pas reproduire les schémas d'un service de soins. Il sera nécessaire d'explorer de nouvelles avenues, de façon à augmenter le nombre d'accompagnants disponibles et à faire connaître le service auprès des gens qui pourraient en bénéficier.

Conclusion et perspectives d'avenir

Le Relais fait office de pionnier dans ce domaine en Suisse. L'Angleterre et l'Irlande (**) dispose de services de ce type depuis quelques années déjà. Il y aura plusieurs défis à relever durant les prochains mois : recruter de nouveaux accompagnants, trouver de nouvelles sources de financement (les accompagnants sont indemnisés pour leur frais), faire connaître le service aux usagers potentiels, et développer un premier questionnaire d'évaluation du service (destinés à la famille et aux proches de la personne accompagnée).

Le service d'accompagnement du Relais semble correspondre à des besoins réels et rappelle que la santé mentale n'est pas un domaine réservé aux professionnels, mais bien du ressort de tous.

*Une année de phase pilote (1997) avec trois accompagnants, puis arrivée et départ de nouveaux accompagnants au cours des deux dernières années, notamment grâce à un partenariat avec l'école du Bon Secours de Genève (école de soins infirmiers).

**en anglais, les termes "befriending schemes" sont utilisés pour ce type de service.