

Maître de conférences en sociologie à l'université Rennes 2, Eve Gardien travaille à comprendre les situations de handicap depuis plus d'une décennie. Ses recherches ont permis d'éclairer diverses thématiques au nombre desquelles : l'apprentissage du corps après l'accident, les situations de handicap dans la vie professionnelle, les innovations sociales par et pour les personnes en situation de handicap, l'accompagnement et le soutien par les pairs, les savoirs expérientiels issus des situations de handicap, l'aménagement du logement, la vie ordinaire avec des aides humaines 24 h / 24, l'accessibilité cognitive, etc. Eve Gardien déploie son activité de recherche au sein du laboratoire ESO (UMR 6590). Son dernier ouvrage, paru aux PUG en 2017, est intitulé « L'accompagnement et le soutien par les pairs »¹.



L'accompagnement et le soutien par les pairs : de quoi parle-t-on ?

L'accompagnement et le soutien par les pairs sont historiquement ancrés dans des pratiques d'entraide entre pairs. Cette forme de solidarité entre personnes ayant vécu ou vivant encore des situations et des épreuves similaires, a évolué dans ses formes et ses pratiques au gré des époques, des territoires et des cultures, en fonction des expériences traversées. Aujourd'hui il existe une pluralité de figures et d'appellations : pair-aidant, pairémulateur, médiateur santé pair, travailleur pair, facilitateur pair, mais aussi bénévole, parrain, ou encore plus simplement Jean-Pierre, Léonie, François, etc.

Les épreuves ou les situations qui réunissent les uns et les autres en une collection de pairs sont d'un large empan : l'hypersensibilité, l'addiction aux jeux, les abus sexuels, le célibat non choisi, les violences domestiques, les difficultés scolaires, la dépression post-partum, le cancer, l'infertilité, etc. Les expériences liées au handicap, aux maladies chroniques ou aux troubles de la santé mentale ne sont pas seules concernées.

Définir l'accompagnement et le soutien par les pairs

Au-delà de la diversité des dénominations, une unité de constats fonde cet ensemble de pratiques :

- L'action d'un seul ne suffit pas toujours à dépasser une situation difficile, ni à résoudre un problème récurrent. C'est pourquoi l'aide d'autrui est nécessaire, et plus encore celle du pair ayant de l'expérience.
- Le partage de ressources, de repères, d'idées, de questions et de savoirs est très utile et souvent efficace. Parfois pour ne plus se sentir seul au monde face à cette épreuve, parfois pour trouver une solution ou une autre façon de voir le problème, parfois pour élargir son éventail d'options pour faire face, etc. Lesdits savoirs ont été appris ou construits sur la base de l'expérience du handicap, de la maladie chronique ou de troubles de santé mentale. Cette mise en commun peut se révéler d'une grande richesse, et même amener à co-construire des

¹ Le propos tenu ici est largement inspiré des chapitres I, II et III de l'ouvrage « L'accompagnement et le soutien par les pairs » (2017), du même auteur.

savoirs originaux sur la maladie ou le handicap, transférables ou restant singuliers et concernant un seul individu.

Les solidarités entre pairs peuvent s'organiser autour de plusieurs types d'objectifs : faire face ensemble à des épreuves en visant prioritairement son propre changement et celui de sa vie quotidienne ; faire face ensemble à des épreuves et changer la société ; faire face ensemble à des épreuves et changer le monde. L'accompagnement et le soutien entre pairs correspond au premier type de solidarité. Il n'est pas la lutte pour le changement de la société ou le changement du monde. Il n'est pas l'engagement pour rendre les droits effectifs. Il correspond à la volonté de se changer soi-même et son quotidien, de résoudre des problèmes de la vie ordinaire ou d'améliorer sa qualité de vie.

Aussi, le pair-accompagnant n'est pas un militant associatif par nature. Il y a des militants qui choisissent de s'investir dans l'accompagnement de leurs pairs. Comme il y a certains types de soutien par les pairs refusant tout militantisme, ne souhaitant ni changer la société, ni le monde, refusant même tout soutien financier des institutions. Les alcooliques anonymes en sont un bon exemple.

Les spécificités de la relation de pairs

Il va de soi que l'entraide ne concerne pas uniquement les pairs. L'entraide est au cœur de la vie ordinaire de tout à chacun. Mais l'entraide entre pairs présente des atouts indéniables, basés sur les spécificités de la relation entre pairs, un idéal d'accompagnement et les savoirs expérientiels.

L'entraide fait partie de ces liens sociaux qui fondent et perpétuent les collectifs et les sociétés : famille, voisinage, amitiés et citoyenneté, nous permettent de vivre ensemble.

Mais l'accompagnement et le soutien entre pairs, s'ils sont également une forme d'entraide, ne peuvent être confondus avec ceux précédemment cités. Pourquoi ? Car peu importe que cet autre soit mon frère ou non, qu'il soit préalablement connu ou pas, qu'il soit du même âge, de la même génération, du même sexe, du même quartier, du même milieu socioculturel ou pas, du même secteur professionnel. L'identification du pair ne repose pas sur les processus sociaux de reconnaissance habituels. Seul le fait de vivre ou d'avoir vécu des situations semblables importe. La rencontre entre pairs implique donc une mixité sociale des échanges inhabituelle.

Ce qui constitue l'autre comme pair est un ressenti subjectif d'une proximité avec lui fondée sur l'expérience similaire de situations spécifiques, par exemple liées au handicap, à la maladie ou à des troubles de santé mentale.

Cette proximité expérientielle est spontanément associée par les pairs à la conviction que l'autre le comprendra aisément du fait même de son habitude de situations ou d'épreuves similaires. Cette compréhension imputée *a priori* n'est pas nécessairement d'ordre analytique, mais possiblement. L'entendement du pair se caractériserait tout à la fois par une compréhension d'ordre pratique, émotionnelle (expériences de la stigmatisation et de la discrimination) et stratégique (postures adoptées dans les interactions : comment faire face et comment sauver la face ?).

La rencontre avec un pair est usuellement porteuse d'un *a priori* favorable à l'échange, d'une certaine intimité. Cette communauté supposée des expériences est généralement envisagée comme spontanément porteuse de sympathie et d'empathie. Les pairs ont le sentiment *a priori* d'un accueil favorable par leur pair. Ils ressentent une proximité relationnelle (Provencher, 2011). Ils disent faire plus facilement et davantage confiance.

La symétrie est un autre élément constitutif de ce rapport entre pairs. Les pairs ont le sentiment d'échanger sur un pied d'égalité. Le respect entre pairs et une moindre peur du jugement est généralement supposé *a priori*, car l'égalité est déjà donnée.

Enfin, non seulement le pair les comprendrait mieux, mais ses points de vue apparaissent plus crédibles du fait de son expérience. Les savoirs expérientiels du pair sont couramment pris très au sérieux.

Le pair-accompagnement : davantage qu'une simple relation de pairs

L'analyse sociologique montre qu'une posture relationnelle est plébiscitée par les pairs-accompagnants, posture relationnelle sous-tendue par une analyse ancrée dans l'expérience des situations. C'est cet ensemble de principes d'action qui distingue le pair-accompagnement d'autres formes d'intervention ou de l'entraide spontanée entre pairs.

La demande n'est pas travaillée, les besoins ne sont pas évalués. C'est la demande telle qu'elle est formulée qui est l'objet et la priorité de l'intervention. Aussi, même si la personne handicapée pouvait retirer d'autres bénéfices d'un accompagnement par ses pairs, la primauté est donnée à son choix. Le pair-accompagnant n'a pas pour objectif de faire le bien d'autrui, mais plutôt de le soutenir dans ses rêves et ses projets.

L'accompagnement débute et se poursuit s'il correspond à un désir, à une demande clairement formulée par la personne accompagnée. Toute demande est au moins la sollicitation pour un échange (information, récit d'expériences, etc.) dont la finalité annoncée est de réussir à faire face à certaines situations ou épreuves pour évoluer vers davantage d'indépendance et d'autodétermination au quotidien. Ceci explique pourquoi, par moments, certains pairs-accompagnants se trouvent sans sollicitation aucune.

Sur la base des objectifs énoncés par son pair, le pair-accompagnant essaie d'être aussi étayant que possible pour permettre à l'autre d'avancer dans la direction qu'il s'est choisi. Être étayant suppose notamment de ne décider ni de l'avenir, ni des possibles pour autrui.

Le pair-accompagnant ne met pas en avant les incapacités et les impossibilités de son pair. Plus précisément, il ne prend pas pour acquis une incapacité car il sait d'expérience combien un travail sur soi et sur l'environnement peut modifier le champ des possibles. Il accueille son pair tel qu'il est, là où il en est, de façon constructive.

Le pair-accompagnant autorise la personne à s'essayer : à réussir ou encore à échouer. Il l'autorise à prendre des risques, à se mesurer au réel. La posture du pair-accompagnant est *empowerment*, soutien, non pas protection limitant le déploiement du potentiel du pair. Un principe fort fonde l'assise de ses interventions : ne pas couper les ailes. Les pairs-accompagnants l'ont souvent expérimenté par eux-mêmes, être protégé les a mis à l'écart de quantité d'opportunités d'apprendre et de se développer. Pour autant, il ne s'agit pas de mettre en danger les pairs-accompagnés, mais plutôt de créer les bonnes conditions d'une prise de risques sans doute nécessaire à la maturation de chacun.

Le pair-accompagnant aide son pair à envisager les apprentissages préalables pouvant le mener là où il souhaite. Il le soutient dans cette perspective et analyse avec lui les réussites et les échecs, étape par étape, pour tenter d'aller plus loin. Devant le chemin restant à parcourir, il ne prononce pas de jugement définitif. Il n'affirme pas l'impossibilité d'avancer plus avant. Il cherche d'autres solutions, d'autres hypothétiques façons d'atteindre le même dessein quand les premiers essais se sont avérés infructueux. Il sollicite la créativité du pair-accompagné, l'amène à réfléchir à ses ressources, à se tourner vers ses propres réseaux, à retirer davantage de bénéfices de son environnement.

L'accompagnement et le soutien par les pairs correspondent à une posture d'*empowerment* de l'individu et un soutien à l'autodétermination. En effet, il s'agit pour chaque individu de faire face aux épreuves qu'il rencontre, de se prendre en main avec le soutien et les ressources apportés par ses pairs. L'objectif est de réussir à passer l'épreuve ou simplement d'aller mieux, ou encore de retrouver une vie qui est du sens et de la valeur pour soi.

Tout pair peut-il accompagner ses pairs ?

Bien évidemment non. Le pair-accompagnement repose sur un ensemble de conditions et de prérequis. N'est pas pair-accompagnant qui veut. Un peu de bon sens permet rapidement de comprendre qu'une personne, bien qu'ayant l'expérience du handicap, de la maladie ou des troubles de la santé mentale, n'est définitivement pas apte à être pair-accompagnante si elle est malveillante, agressive ou perverse. L'expérience ne suffit pas, d'autres qualités sont nécessaires. Mais lesquelles ?

Être détenteur d'un savoir mûri est important, car l'expérience n'est pas le savoir. En effet, l'expérience vécue est constituée d'un ensemble très disparate de sensations, d'émotions, de significations, d'intuitions, d'impressions, de jugements, de perceptions, de compréhensions, etc. Si cet ensemble d'éléments n'a pas été analysé, si aucune prise de recul n'a été effectuée, alors aucun savoir expérientiel ne pourra être produit. Si ce travail nécessaire sur l'expérience ne permet pas de se défaire de l'envahissement de sa sensibilité par des émotions trop fortes, d'un effet de sidération, d'anxiété ou de colère à l'évocation de certaines situations, le pair ne pourra pas être écouté pour ce qu'il est, dans sa singularité et ses similarités.

En outre, une appétence aux relations humaines est indispensable. Une capacité à l'empathie vis-à-vis de ses pairs est nécessaire. Des talents pédagogiques et une capacité non pas tant à transmettre mais à co-construire des savoirs sur-mesure également. Ne pas se prendre pour un modèle est un impératif éthique : ce qui vaut pour soi ne vaut pas toujours pour l'autre. Mais peut-être le plus important dans ses critères relatifs au pair-accompagnement est-il la pertinence des savoirs expérientiels produits ? Les savoirs transmis ou coproduits sont-ils utiles ? Mobilisables par les pairs ? Répondent-ils aux aspirations des pairs ? Etc.

Eve Gardien

Responsable scientifique du programme EXPAIRs