



Usagers

Les Gem ont un effet thérapeutique et rendent aux malades psychiques le pouvoir d'agir

Publié le 01/12/17 - 10h20 - HOSPIMEDIA - HOSPIMEDIA

Une étude qualitative de l'Ancreai sur les effets des groupes d'entraide mutuelle (Gem) sur les situations de leurs adhérents montre les bienfaits de ces associations autogérées et non médicalisées qui aident les malades psychiques à reprendre leur vie en main.

En 2016, l'Association nationale des centres régionaux d'études, d'actions et d'information en faveur des personnes en situation de vulnérabilité (Ancreai) a réalisé pour la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA) et la Direction générale de la cohésion sociale (DGCS) une évaluation qualitative des effets produits par les groupes d'entraide mutuelle (Gem) sur les situations de vie de leurs adhérents. Vingt-cinq Gem ont participé à cette étude dans six régions. Les résultats, qui sont publiés ce 30 novembre ([étude](#) et [synthèse](#)) montrent les bienfaits indéniables de la participation aux Gem sur la vie des participants qui souffrent de handicap psychique ou de lésions cérébrales.

Les Gem accueillent des personnes que des troubles de santé similaires mettent en situation de fragilité. Ils ont pour objet premier, la création d'un lien social et la lutte contre l'isolement. Les groupes sont des lieux de rencontres, d'échanges et de soutien entre les adhérents. *"Ces dispositifs, bénéficiant d'un statut unique et hybride, ont de quoi déstabiliser nos représentations, notent les auteurs, ils sont portés par des personnes fragiles et ce collectif, formé de ces mêmes personnes, devrait être en mesure de produire des effets sur l'insertion sociale de ses membres, ils ont vocation à s'inscrire en complément et en articulation des institutions sociales, médico-sociales, sanitaires et de droit commun du territoire... tout en se gardant eux-mêmes de devenir des institutions."*

Et les premiers déstabilisés sont souvent les tutelles qui tentent, parfois maladroitement, d'évaluer ou de contrôler ces objets financés non identifiés (75 000 euros de subvention moyenne annuelle par Gem, versés par les ARS en délégation de la CNSA). Le rapport évoque les "visites" ou "inspections" initiées par les ARS, les outils de remontées d'informations organisées par la CNSA et les commandes d'études évaluatives de la DGCS.

Pas d'organisation type

L'organisation des Gem dépend des répercussions des pathologies psychiatriques et des lésions cérébrales sur l'autonomie de ses membres, des moyens mobilisés sur le territoire et les choix opérés par les adhérents de chaque collectif sur les actions prioritaires. Ainsi, chaque organisation et à chaque moment ou période de la vie d'un Gem, sera donc fonction des personnes qui y adhèrent et des contextes de son existence. "*Les contextes de création (ancien club thérapeutique, émanation d'une association de familles, initiative de représentants d'usagers) vont aussi fortement colorer les formes de participation des adhérents*", précise le rapport.

Cette variété va se retrouver également dans le mode de gouvernance. L'étude observe toutefois, à travers les 25 Gem observés, trois grandes tendances :

- des Gem encore fortement dirigés de l'extérieur par le parrain ou l'association gestionnaire, avec une participation encore prégnante des soignants, familles ou professionnels médico-sociaux ;
- des Gem qui ont développé des modalités de gouvernance qui visent à maximiser le pouvoir d'agir des adhérents ;
- des formes intermédiaires (les plus nombreuses du panel).

Un investissement progressif, un besoin de soutien constant

Chaque membre investit le groupe en fonction de sa personnalité, de ses troubles et de leurs conséquences, notamment sur le plan de la motivation ou encore en termes d'interaction avec autrui. Cependant, d'une façon générale, les membres des Gem ne s'investissent pas dans la gouvernance la première année de fréquentation. Le Gem étant souvent une première étape de "*resocialisation*" après une période marquée par un grand isolement, les nouveaux adhérents se consacrent dans un premier temps à découvrir les activités du Gem, son fonctionnement, à établir un lien de confiance avec l'animateur et quelques autres adhérents.

Si une majorité des administrateurs rencontrés témoignent d'un gain d'estime de soi, du sentiment d'utilité sociale et de l'intérêt qu'ils trouvaient dans leur participation à la gouvernance du Gem, des craintes sont également exprimées quant à la "*charge psychique*" que cette mobilisation implique. L'investissement des adhérents dans le fonctionnement du Gem (notamment quand cela demande une prise de responsabilité, une présence, la mobilisation de certaines compétences techniques ou sociales) peut compromettre l'équilibre de vie de certains adhérents, s'ils ne sont pas secondés, soutenus et reconnus dans leur fonction.

Un espace sans contrainte

Les Gem sont des espaces sans contrainte. On y adhère librement, on vient quand on le souhaite, pour y faire ce que l'on souhaite ou pour ne rien y faire. Leur mode de fonctionnement en autogestion en font des terrains d'entraînement à la vie sociale, d'émancipation vis-à-vis des professionnels et des familles. Le Gem aide les adhérents à faire reconnaître leur identité citoyenne. Les membres de Gem interviewés, comme les "tiers" (famille, soignants de psychiatrie, travailleurs sociaux, etc.), font état du chemin parcouru depuis la première visite au Gem qui intervenait bien souvent après une période de profond repli sur soi. Le Gem est décrit comme une fenêtre qui s'ouvre sur l'extérieur et l'espoir d'une vie meilleure.



Bien qu'étant un lieu non médicalisé, à distance des soignants, plusieurs personnes font état des effets thérapeutiques du Gem, qui se serait traduit, selon les situations, par une stabilisation de la maladie, une fréquence moindre des hospitalisations, des consultations plus espacées avec le psychothérapeute ou encore un allègement du traitement médicamenteux. Le groupe aide ses adhérents à être davantage acteurs de leur santé.

"Avec le développement des Gem et d'autres formes de pair-aidance, l'accès des personnes vulnérables à

la citoyenneté est abordé non plus seulement par la réponse normalisée à un besoin d'usager mais également par l'action collective de citoyens solidaires, soutenue par les pouvoirs publics", notent les auteurs. Un soutien dont l'étude demande implicitement le développement.

Emmanuelle Deleplace
- [Twitter](#)

Retrouvez l'article sur HOSPIMEDIA avec le lien suivant :

<http://www.hospimedia.fr/actualite/articles/20171201-usagers-les-gem-ont-un-effet-therapeutique-et>