

Être conseillère en vie autonome.

Louise-Marie Avril-Grosjean, 1999

1958 - 2006

À quelques kilomètres d'un centre médical, séjournent pour quelques semaines, voire quelques mois, des personnes, en recherche non seulement d'une meilleure autonomie fonctionnelle, mais aussi d'un dynamisme nouveau afin de redémarrer dans la vie avec un corps que n'est plus celui d'avant. Un handicap a atteint, souvent de plein fouet et de façon brutale et inattendue, ceux que je rencontre dans ce petit village rural accueillant et prêt à trouver une place à ces " accidentés de la vie ".

Au sein de trois appartements " adaptables " parmi une petite résidence HLM, deux professionnels (une assistante sociale et un ergothérapeute) du Centre Médical et de réadaptation de l'Argentièrre assurent un suivi quotidien de ces locataires " peu habituels ". Chacun œuvrant dans son champ de compétence, tout en complétant harmonieusement l'intervention de l'autre, pour accompagner les personnes handicapées dans la reconstitution d'un cadre de vie qui permette une réintégration en " milieu ordinaire ".

Paraplégique de longues dates suite à un accident de la route, psychologue clinicienne et docteur en psychologie, représentante du G.I.H.P. Rhône-Alpes, j'ai ici tâché de rendre visite aux occupants de ces trois appartements pour les accompagner pendant une phase de leur vie bien particulier ; intervalle de temps qui succède à un traumatisme physique grave (qui a laissé des séquelles physiques, comportementales et psychologiques) qui lui-même a fait basculer leur vie, et, qui précède un après-traumatisme, rempli d'inconnus.

C'est pour écouter ce qu'ils sont entrainés de vivre (là où ils en sont de leur révolte) et pour les accompagner dans la construction d'un projet de vie (tant au niveau physique, familial, social que professionnel) que je les rencontre. La confrontation avec quelqu'un dont le corps montre les " stigmates " d'une histoire quelque peu semblable peut donner un nouvel élan. Suite à quoi le sujet trouvera en lui le potentiel caché jusque-là qui permettra de rebâtir une nouvelle existence. Afin que penser l'avenir devienne possible.

Examinons quelques situations rencontrées.

- Monsieur A. C., atteint d'une tétraplégie d'origine traumatique depuis deux ans, tout comme Monsieur G. C. ayant une paraplégie évolutive, se trouve rapidement en situation de complicité avec moi du fait de la similitude de l'origine de nos handicaps (ou déficiences) et de leurs répercussions sur le corps (incapacités et désavantages).

Une relation de confiance s'instaure rapidement permettant l'expression confidentielle de vécus corporels et psychologiques difficiles à dire habituellement. Le fait de supposer que celui qui écoute a connu le même parcours facilite les confidences. On connaît l'importance de la mise en mots et de l'ici parole pour prendre de la distance avec les affects douloureux psychiquement. Le fait de se reconnaître dans l'image de l'autre favorise l'expression et le contact. La création de liens nouveaux induit ultérieurement une attitude de solidarité entre personnes handicapées. La création de réseaux entre pairs permettra à certains de trouver de nouvelles issues pour une autonomie quotidienne toujours plus vaste. Cette autonomie est vecteur d'intégration dans le tissu social ainsi que vecteur d'insertion.

- Monsieur E. M., lui aussi atteint de paraplégie traumatique depuis deux ans, entre dans le jeu de la pairémulation et de la confidentialité. Bien que d'un tempérament réfractaire à la collectivité et à l'idée d'une vie parmi des semblables handicapés, il exprime le désir de rester en lien avec moi. Dans mon regard et par mon écoute, saisit-il l'importance que j'accorde à son vécu et à ses capacités, à l'expression des forces de vie qui me nourrissent aussi dans cette rencontre de pairémulation ? Sa joie de vivre est présente et laisse présager de ses capacités d'insertion future.
- Monsieur J. M., paraplégique depuis six mois suite à un accident de moto, est sous le choc. Il ne s'accepte pas ainsi, privé de l'usage de ses jambes. Le travail de deuil n'en est qu'à ses balbutiements. Vivre à l'hôpital ceux côtés d'autres " qui sont dans la même galère " permettra peu à peu une libération des émotions.

La pairémulation se décrit alors comme un soutien mutuel. Elle permet de recouvrer, puis de renforcer la confiance en soi et aussi de restaurer l'image de soi. Elle est transmission d'un savoir acquis par le vécu (pragmatisme). Cet accompagnement respecte les différentes phases du travail de deuil dont chacun a besoin. Monsieur J.M. trouvera dans nos rencontres une image " en miroir " et une parole auxquelles il accordera du crédit puisque j'incarne une vie possible avec un fauteuil roulant, tout en étant privée de l'usage de mes jambes.

De mes rencontres avec des personnes " traumatisés crâniens ", aux déficiences variées (non seulement motrices, mais aussi cognitives et comportementales), je dirai que l'effet de complicité et de confiance s'établit même si nos handicaps et leurs conséquences divergent.

- Ainsi Mademoiselle D. R. ou encore Madame A. et Madame Y. G. se retrouvent, après leur traumatisme respectif, atteintes d'incapacités motrices (hémiplésies partielles) et de troubles cognitifs. Lorsque je les rencontre, elles sont encore en phase de récupération motrice possible,
- Madame A., de tempérament volontaire, participe activement à sa rééducation et à la recherche d'une adaptation qui favorise une autonomie maximale. Elle est en attente de nos rencontres de pairémulation. Elle y trouve un soutien par des possibilités d'identifications multiples (par exemple, entre femmes) et de projection dans l'avenir.

C'est l'idée d'une appartenance à un groupe commun qui opère. Cet effet renforce l'identité mise à mal par le traumatisme et ses conséquences. Il permet de se projeter tel que l'on est, avec ses différences. Le retour à la normalité sociale n'est plus le seul agent dynamisant. Le nouvel agent sera plutôt l'acceptation de soi même, tel que l'on est. C'est ce mouvement psychologique qui induit une insertion à venir. On comprend qu'il s'agit d'un long cheminement psychologique !

Pour conclure, voici quelques nouvelles pistes d'instauration de relations de pairémulation. Depuis plusieurs mois, sous l'égide du G.F.P.H. (Groupement Français des Personnes Handicapées), des équipes de pairémulateurs se mettent en place en région Rhône-Alpes.

- Ainsi des actions ont vu le jour au C.M.U.D.D. (Centre Médical Universitaire Daniel Douady) à St Hilaire du Touvet. Une rencontre mensuelle autour d'un thème réunit plusieurs résidents du Centre Médical et une équipe de pairémulateurs venus d'horizons variés. Nous avons souvent observé qu'après un temps d'échange en groupe, des binômes se constituaient spontanément au gré des affinités. Là, des échanges d'ordre confidentiel permettent aux moins expérimentés de laisser poindre leurs questions de néophytes, sans retenue et sans gêne. Ainsi trouvent-ils des réponses concrètes qui déchargent leurs appréhensions par rapport à leur handicap.
- Des rencontres avec des parents d'enfant porteur de handicap sont actuellement entrain de s'organiser. L'objectif est non seulement de dire et de montrer que vivre avec un handicap donne la chance de découvrir de multiples possibles inimaginables quand on n'a jamais été confronté aux situations handicapantes, et aussi d'accueillir la différence dans une perspective d'ouverture sur le monde.
- D'autres rencontres au sein d'institutions médicales et/ou scolaires pour personnes handicapées devraient permettre d'instaurer peu à peu de nouveaux réseaux d'échange et de soutien par des pairs.
- Par ailleurs, des contacts individuels avec l'un ou l'autre des pairémulateurs confirment et démontrent, tant aux professionnels qu'aux personnes impliquées dans ce type d'accompagnement, que ces échanges sont prometteurs pour mieux vivre avec un handicap, qu'ils facilitent la phase de deuil suite au traumatisme initial, qu'ils participent ainsi à une insertion dans les différents champs de la vie quotidienne. Pour que vivre avec un handicap soit source de découvertes sur soi et source de liens sociaux.