

JOURNÉE
NATIONALE

Habitat Jeunes

« Aller vers, aller mieux »

Paris

18 novembre 2022

ACTES DE LA JOURNÉE



180 participant.e.s

Professionnel.le.s Habitat Jeunes et partenaires de toute la France

© VINCERE PRODUCTION

Union nationale
pour l'habitat
des jeunes

janvier 2023



SOMMAIRE

Ouverture de la journée

Marianne Auffret, Directrice générale de l'Unhaj3

Table ronde

« Habitat Jeunes, acteurs de la santé mentale »5

Ateliers au choix

ATELIER 1 :9

Nous ne sommes pas spécialistes du soin :
réagir face au mal-être d'un.e jeune résident.e

ATELIER 2 :13

Santé mentale et interculturalité :
apprendre à parler la même langue

ATELIER 3 :16

Faisons appel aux jeunes pairs :
déconstruire les préjugés sur la santé mentale

ATELIER 4 :19

Vous n'êtes pas seul.es :
prendre soin ensemble, développer les partenariats

ATELIER 5 :23

Les actions collectives au service du bien-être en HAJ :
agir sur les déterminants de la santé mentale

ATELIER 6 :26

Les groupes d'analyse de pratiques :
s'entraider et être soutenu.es

ATELIER 7 :28

Agissons sur notre bien-être :
développer les compétences psycho-sociales

ATELIER 8 :30

Changeons de regard sur les addictions :
accompagner les pratiques addictives pour en réduire les risques

ATELIER 9 :32

Se rétablir, c'est possible :
accompagner les troubles psychiques sévères

Théâtre forum

Compagnie Arc-en-ciel théâtre Île-de-France (ACTIF)34

Le mot de la fin

Evanne Jeanne-Rose, Vice-président de l'Unhaj37

Ouverture de la journée

Marianne Auffret, Directrice générale de l'Unhaj



Drôle d'ambiance en 2022. On sent parfois que ça vacille un peu à l'intérieur de nous et que ça n'a pas rien à voir avec ce qui se passe à l'extérieur. Souvenez-vous : à peine post-déconfinés que l'été brûlant nous rappelle au climat qui s'échauffe et dans un même élan anxieux, on annonce un hiver mal chauffé dans un monde guerrier à l'énergie rationnée. C'est plus que du chaud froid ça, c'est à nous rendre fou !

Certes, nous n'avions pas attendu 2022 pour faire l'expérience de la peine ou de la peur ni même de la grande douleur morale. L'histoire humaine s'inscrit dans un rapport permanent à ce que l'on nomme aujourd'hui la santé mentale.

Alors, lorsque à cette drôle d'ambiance viennent s'ajouter des situations de précarité économique ou psychique, le cocktail peut s'avérer amer. Comment faire pour trouver un chemin vaillable que vaillable pour aller vers, aller mieux ? Pour les individus comme pour les organisations, comment faire pour aller suffisamment bien pour se confronter aux épreuves de la vie normale, de la vie parfois difficile comme aux défis géants ? Fidèles à l'histoire qui a façonné notre projet Habitat Jeunes, nous tentons d'abord de nous confronter tous les jours avec courage à la situation. Nous imaginons des manières de nourrir la créativité collective, c'est le sens même de notre union. Mais il faut parfois un peu plus, un coup de pouce technique, un focus particulier où l'on prend le temps de connaître des manières de faire un peu éloignées des pratiques de tous les jours.

C'est l'ambition du guide « Aller vers aller mieux » élaboré à partir de notre énergie commune et des expériences du réseau. Le réseau est riche de ses initiatives, vous trouverez des exemples très intéressants, à essayer, à questionner, à adapter. Nous avons besoin d'échanger sur ce qui marche (un peu, beaucoup, passionnément...) afin de plaider pour améliorer ce que nous ne savons pas faire seuls.

C'est aussi l'ambition de cette journée, qui clôture cette année 2022 placée sous le signe de la santé mentale puisque nous l'avons inscrite dans une motion d'orientation lors de notre dernier Congrès, fin 2021, car nous l'avons identifiée alors comme un point d'intérêt du réseau, un point de vigilance, même, voire un point d'inquiétude parfois.

Les acteurs Habitat Jeunes ne sont certes pas des spécialistes de la santé mentale : « bien plus que du logement », nos structures n'en sont néanmoins pas des établissements de soin. Pourtant, ce thème travaille les pratiques des uns et le moral des autres à tout moment. Un toit sur la tête, assez sécurisant pour être aussi le lieu de l'envol, un accompagnement socio-éducatif adapté, une sociabilité riche faite de rencontres avec des personnes aux parcours différents sont autant de facteurs favorables à une bonne santé mentale. Nous sommes bien des acteurs essentiels de la santé mentale : à la fois à la bonne place pour comprendre et alerter sur des situations à risque, et constituer à travers notre action un déterminant fort de la suffisamment bonne santé des jeunes logés.

Il y a quelque chose de frappant quand on a navigué un peu dans les deux secteurs : l'éducation populaire et la santé mentale dans sa conception moderne entretiennent un lien de parenté qui n'est pas forcément identifié au sein des deux champs. Ils s'appuient pourtant sur des idéaux et des pratiques proches : l'attention portée à la parole des personnes, à la valeur des différents types de savoirs (professionnels et « expérientiels »), à l'action collective, à la participation des personnes, à la prévention par les pairs et l'auto-support.

Ce qui guide le projet des deux champs c'est une approche globale des conditions faites aux personnes. Que l'on parle d'émancipation ou d'empowerment, il s'agit bien de convoquer des principes et des méthodes parmi lesquelles l'« aller vers » est un maillon central. Qu'on parle de rétablissement ou d'autonomie, il s'agit bien de considérer l'« après », après le soin, après l'accompagnement, non plus comme un Graal souvent inatteignable mais le jalon d'une progression dynamique avec des allers et retours possibles vers un « aller mieux », aussi humble qu'ambitieux.

Aujourd'hui, nous vous proposons de discuter de plusieurs cultures et plusieurs espèces d'aller vers et d'aller mieux, plusieurs outils pour jardiner tout ça. Vous croiserez des références à :

- Des vieux outils encore bien utiles à mon avis, à base de transfert de contre transfert, une petite bobine freudienne ;
- Des outils flambant neufs : vous entendrez parler de rétablissement, de réduction des risques ;
- Des outils pratico-pratiques, ou des méthodes plus existentielles ;
- des outils pour l'esprit ou le corps ;
- des outils un peu barrés à première vue, dont un: à base de calinothérapie avec des lapins ;
- Des outils de développement personnel, des outils à base de support collectif ;
- Des outils aux effets attendus différents : guérir, se développer, se transformer, s'accepter, limiter les conséquences du trouble, se dévoiler à soi-même. Et parfois, dans une certaine mesure un peu tout ça à la fois ;
- Des outils à base de politique, de clinique, à base de théâtre, à base de colloque singulier ou de public spécifique, d'entraide, de cuisine ou de sport.

Plein d'outils, comme dans une sorte de « Jardiland de la santé mentale ». Et quand vous irez boire un coup, à la fin de cette folle journée, ce sera comme un peu de produit phyto sanitaire qui se posera sur votre gosier assoiffé. Non je rigole.

Mais, tout à notre jardinage intérieur, n'oublions pas :

N'oublions pas que ce qu'il faut chérir en nous, pour vraiment bien cultiver notre santé mentale, outre avoir de bons outils, c'est... attention c'est un peu différent : c'est l'espace. L'espace comme lieu du déploiement. Comme les arbres. Juste pour vous rassurer : je sais bien qu'on n'est pas des plantes, hein ! Mais l'espace, ah l'espace. Ça parle autant d'ancrage que d'élan, de conversation à bas bruit, entre nous. Peut-être que vous avez entendu parler de ce phénomène merveilleux qu'on appelle la « timidité des arbres » qui fait que quand vous regardez la canopée, les feuillages semblent s'être arrêtés avant de toucher son voisin, semblent être en discussion sensible. Il y a comme une bordure d'espace qui dessine de très jolis chemins. Et puis d'autres espèces moins timides, qui s'entrecroisent et forment des toits protecteurs. Il y a plein de sortes d'arbres et plein de façons de rentrer dans la conversation.

Je sais que ça peut paraître un peu spatial, dit comme ça « l'espace », mais pourtant comme nous avons tous une santé mentale, nous avons tous une expérience de l'espace et de sa valeur dans l'aller bien, l'aller mieux ou l'aller mal. Dans notre réseau, ce qui vient à l'esprit c'est la valeur de l'espace de l'habitat évidemment, du lieu où habiter, du lieu de vie, du toit sur la tête, des commodités, l'espace matériel mais aussi ce que nous proposons comme espace justement de négociation : un lieu à soi c'est un lieu où l'on demeure, mais aussi un lieu dont on peut partir et où on peut revenir. En Habitat Jeunes, c'est un mouvement médié, accompagné : c'est à travers ce jeu que les jeunes apprennent ce que c'est qu'un chez soi. Car l'espace c'est aussi l'espace de la relation, la négociation de la distance, parfois collé serré, parfois dans la distance salvatrice, parfois le groupe comme un pack de rugby, parfois le groupe seulement dans l'imaginaire comme un recours : « je sais bien que vous êtes là mais j'ai besoin d'être seul chez moi. »

Bref, aujourd'hui à la halle Pajol, il y aura des outils et de l'espace. Une fois n'est pas coutume à Paris intramuros, on va travailler la terre et contempler les ciels.

Je voudrais saluer bien sincèrement tous les participants de la table ronde, aux ateliers, les invités, les partenaires, les venus en voisins ou des quatre coins de France, Merci. Merci les bénévoles, les salariés, les jeunes, les vieux, les artistes du théâtre forum et par-dessus tout, pardon, j'abuse de ma position : je voudrais saluer les artistes de mon équipe chérie, tous, tous les gugusses et les gugusses de cette folle équipée, jusque tout en haut, il y en a.

En particulier, saluer le travail de Ludmila Taillanter, chargée de mission santé et Violaine Pinel, déléguée à l'action socio-éducative de l'Unhaj, pour l'organisation de cette journée ET pour l'infini plaisir de travailler auprès de vous, mesdames, qui êtes si vives, si pleines d'espace, et si fortes pour faire des sortes de boutures avec les gens et faire fleurir les espaces entre eux.



Table ronde :

« Habitat Jeunes, acteurs de la santé mentale »



Patrick RISSELIN, Secrétaire général de la délégation ministérielle à la santé mentale et à la psychiatrie – Les actions des pouvoirs publics en santé mentale

La Délégation ministérielle à la santé mentale et à la psychiatrie est placée auprès du Ministre de la santé. Elle s'est constituée en 2018 pour mettre en œuvre le déploiement de la Feuille de route santé mentale et psychiatrie. Celle-ci est articulée autour de trois piliers :

- La promotion de la santé mentale et la prévention de la souffrance psychique ;
- Le parcours de soins (de la détection jusqu'aux soins et à l'accompagnement) ;
- L'insertion sociale et la citoyenneté des personnes en situation de handicap psychique.
- Comme les jeunes sont une frange de la population présentant des facteurs de fragilité particuliers, des actions sont spécialement mises en place pour eux :
- Campagne de communication menée par Santé Mentale France, « J'en parle à », dédiée aux jeunes dans le but de déstigmatiser le sujet;
- Développement de la [formation PSSM](#) en faveur de la prévention et du dépistage des problématiques de santé mentale. L'objectif de 2024 est d'avoir formé 150 000 personnes. Le gouvernement fait également la promotion de la pair-aidance ;
- Création du [3114](#), numéro national de prévention du suicide, et du [Programme Vigilans](#), qui permet d'assurer un suivi téléphonique des personnes ayant commis une tentative de suicide ;
- Travail sur l'insertion sociale et l'accompagnement des personnes en souffrance psychique et/ou diagnostiquées, avec les programmes de l'habitat inclusif, [Un Chez-soi d'abord](#) et [Un chez-soi d'abord-Jeunes](#).

Le logement, en tant qu'ancrage, est facteur de bonne ou mauvaise santé mentale.

Par ailleurs, le dispositif MonPsy est ouvert depuis avril 2022. Par le médecin généraliste, on peut bénéficier de 8 séances remboursées par l'assurance maladie.

Ce qu'il faut retenir, c'est que la santé mentale est l'affaire d'un collectif, et qu'elle est actuellement en pleine évolution. C'est dans les périodes de crise qu'on invente et trouve des solutions.

Les acteurs Habitat Jeunes peuvent également se référer aux Conseils locaux de santé mentale et aux Plans territoriaux de santé mentale, qui permettent la mise autour de la table de tous les acteurs de la santé mentale pour déterminer des parcours de santé mentale.

Aude CARIA, Directrice de Psycom – Qu'est-ce que la santé mentale ?

Psycom est un organisme national d'information sur la santé mentale et de lutte contre la stigmatisation, financé par des fonds publics. Ses missions principales sont les suivantes :

- Informer (information fiable, accessible et indépendante) ;
- Agir contre la stigmatisation, via la diffusion d'une boîte à outils pour les professionnel-le-s.

L'offre de Psycom s'appuie sur des outils de médiation et une démarche d'éducation populaire.

Le champ sémantique de la santé mentale est complexe et renvoie à des représentations variables. Souvent, la santé mentale est associée à deux pôles différents : le bien-être, ou au contraire, les troubles psychiques et la psychiatrie.

Pour parler de santé mentale, il faut donc commencer par s'accorder sur le sens des termes employés.

Les acteurs de la promotion de la santé, dont Psycom fait partie, travaillent à diffuser l'idée que tout le monde a une santé mentale, qui peut aller bien, mal, et se rétablir ; bref, que la santé mentale est un continuum. Des nuances s'intercalent entre bien-être, mal-être et trouble.

Il est aussi possible d'avoir reçu un diagnostic de trouble psychique et de se sentir bien, parce que l'environnement et la qualité de vie sont positifs. Les facteurs de bien-être sont multiples et relèvent à 65% de l'environnement (politique, socio-économique). Ils peuvent bouger au cours de la vie.

La prévention, le repérage et l'accompagnement de la santé mentale sont fondamentaux pour surmonter les préjugés qui circulent encore à ce sujet.

Pour finir sur les termes, le handicap psychique n'est pas un trouble, ni un diagnostic, mais un état de droit : c'est une habilitation de la MDPH, qui ouvre des droits spécifiques liés au handicap.

Il est important que les gens se rendent compte qu'ils n'ont pas besoin d'attendre d'aller mal pour solliciter une psychologue. Mais la santé mentale ne passe pas que par la psychiatrie : avoir un toit, pouvoir manger, participe déjà à la bonne santé mentale. Les lignes d'écoute permettent notamment d'obtenir une première orientation.

La plupart des problèmes de santé mentale à l'âge adulte se manifestent avant l'âge de 15 ans et sont liées à toute sorte de violence survenue pendant l'enfance (sexuelle, domestique, de discrimination). En France, on a une tolérance face à la violence faite aux enfants et aux femmes qui est révoltante : il faut montrer que les violences sont un facteur de risque important pour la santé mentale.

- [Support présenté par Aude Caria](#)

Kilian LAMPASONA et Jonathan CASTRO-LEMA, résidents à la résidence Mercadier de Vitrolles, AAJT – Difficultés rencontrées par les jeunes résident-e-s, attentes vis-à-vis du réseau Habitat Jeunes

Le Covid a été un chamboulement, par sa nouveauté et tout l'inconnu qui l'a accompagné. Du jour au lendemain, nous avons été privé-e-s de liberté. Pourtant, la pandémie a également contribué à ce que la santé mentale, et surtout celle des jeunes, soit mieux prise en compte.

L'avenir est une grande source de questionnements, parfois même d'angoisses, pour les jeunes. Les jeunes adultes doivent décider de ce qu'ils veulent faire plus tard, dans une période où on a peu de visibilité sur l'avenir. Alors qu'on est supposé-e construire l'avenir, on fait les choses sans trop savoir pourquoi. La jeunesse étant perçue comme un temps de préparation à l'âge adulte, la question de l'avenir est omniprésente.

Jonathan : je suis arrivé en France pendant la pandémie et j'ai donc peiné à établir des repères, ainsi qu'entrer en interaction avec mon environnement. Ma santé mentale en a été affectée.

Malgré tout, le Covid n'a sans doute pas eu un impact aussi néfaste sur la santé mentale des jeunes du réseau Habitat Jeunes que sur les autres ; parce que le collectif et le lien ont perduré et ont aidé à maintenir le relationnel. Le fait d'être en permanence en contact avec autrui aide à maintenir une bonne santé mentale.

Aujourd'hui, beaucoup de jeunes sont angoissé-e-s sur leur avenir et éprouvent des difficultés à aller vers les autres, à créer du lien social. Les jeunes qui ont été privés de collectif pendant le Covid ne savent pas vraiment comment réagir en présence de monde.

Kilian : dans notre FJT, une psychologue externe intervient depuis 2 ans 1/2 une fois par mois. En groupes, un débat ouvert est organisé. Il n'y a pas de préjugés, tout se fait dans le respect. On aborde des questions existentielles concernant l'avenir. Ces sessions dé-stigmatisent la vision des psychologues : pouvoir débattre en toute confiance aide à se sentir mieux. Ça crée du contact et les jeunes vont plus naturellement vers les psychologues pour se confier.

Aziz ESSADEK, Enseignant-chercheur en psychologie clinique à l'Université de Lorraine et co-fondateur d'EOS Psy – L'enjeu de prendre soin ensemble

En tant que Maître en psychologie clinique de l'adolescent et de l'adulte jeune, je travaille sur la maltraitance infantile et ses conséquences sur la trajectoire de la personne. La santé mentale des jeunes en résidence Habitat Jeunes est en partie liée à des histoires de maltraitance. Mais ces questions peuvent aussi être prises en charge pour en limiter les conséquences.

Les résidences Habitat Jeunes, par essence, mettent en œuvre sans le savoir l'approche de la psychothérapie institutionnelle. Cette notion renvoie au fait qu'une institution, par son existence, permet de faire vivre en son sein un collectif de jeunes où ceux-ci peuvent interagir. En effet, aborder la santé mentale commence par échanger d'humain à humain autour d'un café.

Par mon travail dans une institution d'accueil de personne réfugiées, je constate qu'une grande partie des stigmates du trauma de la guerre et de l'exil sont pris en charge par le collectif. Ce qui laisse le plus ressortir l'anxiété, les troubles du sommeil, etc., c'est l'isolement.

C'est également l'isolement qui a représenté la plus grande difficulté pendant la pandémie ; d'autant plus pour les jeunes, dans la période cruciale où ils se constituent leur réseau social et rencontrent du monde. La jeunesse est l'épisode de la vie où on fait l'expérience de l'autre : durant la pandémie, cette tranche d'âge a été privée de cette expérience, pourtant fondamentale au développement, à l'identification et à la socialisation.

Il faut déconstruire les représentations majoritaires de la santé mentale qui ne montrent que la psychiatrie, qui n'est d'ailleurs pas majoritaire dans tous les pays. Au Canada, par exemple, le deuxième critère d'intérêt sur Tinder Québec, c'est la capacité des jeunes à prendre soin de leur santé mentale.

NB : la détresse alimentaire est connue comme facteur aggravant de la mauvaise santé mentale. Elle multiplie par 2,5 le risque de dépression chez les 18-25 ans et par 5 le risque d'idées suicidaires.

Pascale LEYRAT, Secrétaire générale de l'Unhaj – Le rôle d'Habitat Jeunes dans le bien-être des jeunes

Je parle également en tant qu'ancienne directrice d'Habitat Jeunes à Cannes.

Le projet Habitat Jeunes est sociétal : il consiste à essayer de construire les conditions les plus favorables possibles à l'émancipation des jeunes. L'habitat est l'un de nos leviers visibles pour pouvoir concourir à cette émancipation, mais le projet Habitat Jeunes est plus vaste : nos objets associatifs se construisent sur le bien-être des jeunes.

Comment organiser les conditions pour préparer l'entrée dans la vie active, pour apprendre à faire face aux troubles de la vie, pour savoir vivre des moments durs et de bonheur ? C'est autour de cet enjeu que tourne le projet Habitat Jeunes. Il s'agit de donner des billes aux jeunes pour qu'ils sachent faire des choix en connaissance de cause.

Finalement, toutes les définitions de la santé mentale sont le fil conducteur du projet Habitat Jeunes : quelqu'un qui va moins bien peut moins bien construire son projet de vie. Nous organisons des actions pour que les jeunes se sentent bien. Sans avoir été originellement nommée comme telle, la santé mentale transparaît depuis l'origine du projet Habitat Jeunes.

Une force importante d'Habitat Jeunes, c'est la présence humaine constante. Nous sommes un mouvement d'éducation populaire : on apprend à apprendre, on apprend avec les autres. Le collectif est installé, mais nous avons aussi développé l'individuel : nous avons tou-te-s des relations privilégiées avec les jeunes. Quand les questions de santé mentale se manifestent de manière un peu plus forte, le contact individuel devient un besoin.

L'autre force du projet Habitat Jeunes consiste dans son réseau d'acteurs et partenarial. Les résidences Habitat Jeunes ont un ancrage territorial historique, car elles sont co-construites avec les acteurs locaux ; de ce fait, des

JOURNÉE NATIONALE Habitat Jeunes	« Aller vers, aller mieux » ACTES DE LA JOURNÉE	
Paris	18 novembre 2022	

partenariats se tissent avec les acteurs de soin, car nous ne sommes pas des soignant·e·s. Nous avons déjà des cartes en main pour aborder la santé mentale.

Enfin, la santé mentale concerne aussi les professionnel·le·s du réseau. Il faut prendre soin de ceux qui prennent soin. C'est pourquoi il faut aussi faire en sorte que le travail soit le plus simple possible pour les équipes.

Petite anecdote : Zinédine Zidane a été un résident du FJT de Cannes. Il était très timide, d'une timidité presque malade, et a été énormément aidé par les acteurs du FJT sur ce plan. Il a rencontré sa femme dans le foyer et a mis plus d'un an ½ à l'aborder, avec le concours des équipes !

En conclusion : nous pouvons jouer un rôle positif dans la vie des jeunes qui passent par Habitat Jeunes !

Ateliers au choix

ATELIER 1

Nous ne sommes pas spécialistes du soin :
réagir face au mal-être d'un.e jeune résident.e



INTRODUCTION

En contact quasi-quotidien avec les jeunes résident.e-s, les équipes Habitat Jeunes peuvent être témoins de leur mal-être. Comment repérer les signaux ? Quand faut-il s'inquiéter ? Quelle attitude adopter ? Quelles réactions avoir ?

Certes, nous ne sommes pas des spécialistes du soin, mais nous pouvons agir/agissons déjà et il est important d'avoir conscience de notre propre rôle de « soignant.e ». Se former (formation PSSM notamment), s'outiller, etc., sont de bons leviers.

INTERVENANT.ES

Barthélémy SCHAAR, coordonnateur PTSM de Paris pour l'œuvre Falret et formateur PSSM

Morgane DELORT-RAJA, intervenante socio-éducative dans la résidence Habitat Jeunes de Sète, formée aux PSSM avec mise en pratique auprès de jeunes résident.e-s en souffrance.

Brainstorming : quels sont les signes chez un.e jeune qui doivent vous inquiéter, indiquant une dégradation mentale ?

Les participants ont cité de nombreux signes, qui ont été regroupés par thématiques :

4 registres de signes :

- **Comportement** : isolement, repli sur soi, évitement, refus du contact/de communiquer, silence, addictions, fugue, changement d'habitudes, interrogations fréquentes.
- **Somatique** (expressions du corps) : fatigue/insomnie, manque d'hygiène, changement d'apparence, dégradation physique, scarification, troubles alimentaires (boulimie, anorexie, ...), perte ou prise de poids.
- **Émotions** : nervosité, agressivité, irritabilité, colère, peur, anxiété.
- **Pensées** : idées noires/suicidaires, « je ne sers à rien », sectarisme, paranoïa.
- Des signes « positifs » sont également à considérer : hyperactivité, hypersensibilité émotionnelle, parler beaucoup, débit de parole rapide.

Barthélémy

Durée des signes :

Observer la durée et l'intensité des comportements, car s'ils sont très ponctuels ce n'est pas inquiétant. Période de 15 jours à 3 semaines pour une dépression par exemple, répétition d'un signe à 6 mois d'intervalle.

Les symptômes peuvent apparaître de manière plus fugace par rapport à un adulte. Il peut être difficile de poser un diagnostic par les clinicien-ne-s, cela venant s'entrechoquer avec la période de l'adolescence (période où nous sommes plus impacté-e-s par nos émotions, jusqu'à 25 ans).

Il faut parfois un faisceau de personnes pour faire comprendre au/à la jeune qu'il/elle ne va pas bien.

Impact des signes :

Ils peuvent altérer la vie quotidienne du/de la jeune : dégradation de l'hygiène domestique (entretien du logement), déscolarisation, déclin de la relation avec leurs pairs et les professionnel-le-s.

Quelles réactions adopter (déjà adoptées ou qui seraient à adopter) face à n'importe quel type de mal-être ?

Plan AERER :

- Approcher la personne et évaluer son état (être calme, se rendre disponible, porter attention). Si crise : prêter assistance ; si non crise : recommandations suivantes :
- Ecouter activement et sans jugement (se montrer bienveillant-e, positiver, partager la situation avec d'autres collègues, confronter les observations).
- Réconforter et informer (rassurer, lancer le dialogue).
- Encourager à aller vers des professionnel-le-s (lever les préjugés sur le/la psychologue).
- Renseigner sur les autres ressources disponibles.

En cas de crise suicidaire :

Poser des questions pour savoir Comment, Où et Quoi (COQ) : comptes-tu te suicider ? veux-tu te suicider ? as-tu des pensées suicidaires ? as-tu pensé à mettre fin à ta vie ?

Il est démontré que poser ce type de questions directement fait descendre la pression, c'est un sujet dont on peut parler (ce n'est pas tabou). La plupart des jeunes vont répondre sincèrement. Il s'agira d'appréhender si c'est une pensée ou si un scénario de suicide est préétabli (risque de passage à l'acte).

Présentation rapide de la formation PSSM

Le plan d'action du secourisme en Santé Mentale est une approche déjà existante dans l'action sociale même si ce n'est pas nommé ainsi - s'inscrit dans le temps, dans une relation de proximité. A différencier du Secours physique : plan PAS : Protéger Alerter Secourir - sur un temps court.

Sur 2 jours.

Sont notamment abordés : les situations relationnelles en Santé Mentale et le plan AERER.

Faire la formation ne signifie pas être apte à intervenir (selon son état émotionnel, épreuves de la vie, etc., il peut être difficile pour l'ISE d'intervenir. Il faut s'autoriser à passer le relais et s'appuyer sur les autres membres de l'équipe).

Morgane

Retour sur les apports de la formation PSSM

Permet de poser des mots sur des compétences déjà acquises. Donne des outils pour repérer et savoir agir.

Importance de partager des éléments de la formation auprès de ses collègues – permettant d'ouvrir le dialogue sur le sujet et de repérer des situations de mal-être collectivement.

Mise en pratique

Changement de comportement d'un jeune résident tenant des propos racistes et virulents, et devenant problématique dans la structure.

Echange entre Morgane et sa collègue pour savoir comment approcher le jeune (trouver le moment approprié, quel discours avoir, etc.).

Sur une période de 10 jours – allées et venues entre les « outils » du plan AERER (écoute à un moment, réconfort à un autre) :

* Sont allées à sa rencontre : ont nommé leur inquiétude, le changement de comportement (leitmotiv, revendication raciste, colère grossissante). Cela a permis d'ouvrir la parole, le jeune s'est confié sur des violences vécues par le passé.

* Elles ont accueilli sa parole sans jugement et l'ont conseillé d'aller voir un-e professionnel-le de la Santé Mentale. Le jeune était réfractaire, il a fait son chemin, puis s'est rendu au PEPA (Point Ecoute Parents Ado). Il a été suivi et il a initié un travail de réflexion. A son départ vers une autre ville, le jeune a demandé une orientation vers un-e autre psychologue.

ÉCHANGES

Que faire face à un-e jeune qui indique vouloir se suicider ?

➔ Situation où le jeune alerte régulièrement sur un passage à l'acte sur les réseaux sociaux, sans passer à l'acte. Il refuse l'orientation vers un-e professionnel-le de la Santé Mentale. Jeune fuyant, avec comportement très changeant. Les secouristes ont été contacté-e-s à chaque alerte du jeune.

Proposition : appeler le 3114 pour échanger sur cette situation. Des idées de questions à poser aux jeunes seront proposées afin d'avoir des éléments sur le cheminement de pensée du jeune. Le plan de sécurité peut être mobilisé (faire la liste avec lui : ce qui compte pour lui, le rend anxieux, etc.).

➔ Situation où le jeune avait prévenu de sa tentative de suicide via Promeneurs du Net, pendant un week-end, avec passage à l'acte (suivi ASE, jeune délaissé). Plusieurs jours après, lors de visites de logements, l'ISE a retrouvé le jeune dans le coma par intoxication médicamenteuse. Il a été pris en charge par un centre psychothérapique (CPO) où il a séjourné plusieurs semaines.

Recommandations : connaître les ressources de son territoire et aller à leur rencontre pour identifier sur quoi ou non ils peuvent intervenir et se faire connaître.

Utilisation du kit « Mon GPS » (plan de crise conjoint entre soignant-e, jeune, professionnel-le, famille si présente) pour les jeunes déjà suivi-e-s avec troubles avérés.

RESSOURCES SUR LE SUJET (en complément du Guide « Aller vers, aller mieux » de l'Unhaj)

Documents écrits :

- [Guide sur la santé mentale des personnes migrantes d'ORSPERE SAMDARRA](#)

Vidéos :

- Sur le site de France TV : [mini-série « Dans ma tête »](#), témoignages de jeunes vivant des troubles psychiques.
- Sur Youtube : [mini-série « Qu'aurais-tu fait à ma place ? »](#), réalisées par des étudiant-e-s, permettant de faire des choix sur une situation et d'observer leurs impacts.

JOURNÉE NATIONALE Habitat Jeunes	« Aller vers, aller mieux » ACTES DE LA JOURNÉE
Paris	18 novembre 2022

Types d'actions :

- Art-thérapie, théâtre, activités sportives.

Apps :

- [Mon jardin mental](#). Application créée pour des personnes concernées par des troubles psychiques. Elle permet de suivre son état de santé mentale, de savoir qui contacter en cas de crise (ex. : des personnes peuvent ne pas souhaiter l'intervention de pompiers lors d'une crise).
- [Epsykoi ?](#) : plateforme en ligne de supports pédagogiques sur la santé mentale, à destination des jeunes.

Acteurs :

- CRIPS Ile-de-France : intervient sur le champ des compétences psycho-sociales avec des idées d'animations collectives.
- Jonas ROISIN, ethno-psychologue, fait des formations sur « interculturalité et accompagnement des professionnel-le-s » (voir avec l'Unhaj)
- Passer par la Maison des Adolescents peut faciliter le lien avec le CMP.

Lignes d'écoute :

- Numéro national : [3114](#). Permettant de joindre des professionnel-les de la crise suicidaire. Appel possible en amont (inquiétude), au moment de la crise (peuvent intervenir, orientation vers ressource territoire), après (accompagnement deuil).
- [Nightline](#) : ligne d'écoute d'étudiant-es par des étudiant-es + Site Internet « Kitdevie » (plateforme proposant des approches d'entraide).

Ateliers au choix

ATELIER 2

**Santé mentale et interculturalité :
apprendre à parler la même langue**



INTRODUCTION

Comment accompagner les jeunes migrant-e-s en souffrance psychique ? La question revient souvent chez les équipes Habitat Jeunes, pointant des difficultés à se comprendre avec un public ayant une langue et une culture différentes, et donc une représentation différente du soin et des moyens à mettre en œuvre. Parfois, les équipes font même face à un rejet catégorique des psys et une difficulté à verbaliser les problèmes rencontrés. Or, les jeunes ayant vécu l'exil ont été et sont confronté-e-s à des difficultés spécifiques qui peuvent affecter leur santé mentale.

Comment parvenir à dépasser les « barrières culturelles » pour venir en soutien à ces jeunes dès lors qu'ils manifestent des troubles ? Comment parvenir à un terrain d'entente commun pour aborder les questions de santé mentale et de soins avec ces jeunes ? Ces questions ont été au cœur de l'atelier.

INTERVENANTS

Jim CHARRON, coordinateur accompagnement social à Horizons Habitat Jeunes de La Rochelle, et membre du groupe fil rouge de Nouvelle Aquitaine « Interculturalité »

Aziz ESSADEK, Maître de conférence en psychologie clinique à l'Université de Lorraine et co-fondateur de EOS Psy

Présentation du groupe fil rouge de Nouvelle Aquitaine

L'expérimentation, pilotée par l'Urhaj Nouvelle Aquitaine, a débuté par deux jours de formation en début d'année 2022 avec Jonas ROISIN, ethno-psychologue. Cela a permis de poser un cadre théorique sur la notion d'interculturalité et de la mettre en lien avec les expériences personnelles. Les formés ont voulu aller plus loin et ont pensé le groupe fil rouge avec les acteurs Habitat Jeunes de Nouvelle Aquitaine pour échanger entre professionnels.

Ce groupe se centre sur la thématique interculturalité, mais la santé mentale revient souvent. Ces rencontres sont mensuelles et suivent le même programme. La matinée est destinée à la présentation de soi à chaque fois sous un prisme différent de la vie des participant-e-s (familiale, géographique, religieuse...) et de ce que ça implique en eux dans leur identité narrative.

L'idée est d'approcher l'interculturalité de façon beaucoup plus large, de ne pas la penser seulement au niveau des étranger-e-s, mais de se confronter à son/ses interculturalités, politique, géographique, religieuse et familiale et de déconstruire l'idée d'interculturalité uniquement dans une logique de migration. L'après-midi est destinée à de l'analyse de pratiques, le prisme de la santé mentale revenant souvent. Le but est également de se former dans un cadre d'éducation populaire.

ECHANGES

Qu'est-ce qu'a apporté ce groupe aux participants ?

- ➔ Groupe de volontaires, non imposé.
- ➔ Les collègues semblent pouvoir mieux parler de l'intime avec les jeunes, ce qu'ils faisaient peu.
- ➔ A permis de se poser la question des compétences du professionnel-le par rapport notamment au parcours migratoire.
- ➔ On se pose la question de la santé mentale des professionnel-le-s. Comment s'interroger sur sa santé mentale, avant de parler de celle des autres ?

Quels autres enjeux ont été repérés ?

- ➔ La problématique de la langue et de l'interprétariat, notamment pour comprendre ce que l'autre dit, si la traduction est réelle et non interprétée.

Pourquoi parler d'interculturalité ?

- ➔ Il faut tendre vers une interculturalité complexe, c'est-à-dire la transculturalité. Dans l'interculturalité il y a l'idée d'une opposition, alors que dans la transculturalité, il y a une logique de traverser, d'échange.
- ➔ On est partout en transculturalité, l'enjeu est de savoir ce qu'on met dans cette notion ; on est constamment en évolution/différence culturelle.
 - Exemple de la gifle il y a trente ans acceptée dans le processus éducatif.
 - Exemple de Frantz Fanon avec les patients psy en Algérie qui étaient là à cause de la colonisation et que l'on traitait et accompagnait avec les mêmes principes de l'interculturalité.
 - Exemple de l'enfant qui partait seul-e à vélo parce que la responsabilité de cet-e enfant revenait à la société. Maintenant, la responsabilité incombe aux parents. On passe d'une responsabilité collective à une responsabilité individuelle qui peut développer une surprotection et un problème de santé mentale.

Il peut exister une forme de stigmatisation, inconsciente, de la part des travailleurs sociaux, des publics étrangers.

- ➔ On peine à se dire que l'interculturalité est chez soi aussi. Tous les problèmes ne sont pas au niveau de l'ethnopsychologie, ces problèmes traversent tous les jeunes.
- ➔ Se permettre de comprendre son interculturalité, c'est permettre au jeune d'exprimer la sienne.
- ➔ Se questionner sur les représentations véhiculées par les Travailleurs Sociaux, qui sont souvent perçus par les jeunes comme des représentant-e-s de l'Etat sans le vouloir, notamment sur les sujets de demandes d'asile, les OQTF etc.

JOURNÉE NATIONALE Habitat Jeunes	« Aller vers, aller mieux » ACTES DE LA JOURNÉE
Paris	18 novembre 2022

SYNTHESE DES PRINCIPAUX MESSAGES

- On a tou-te-s une culture/des cultures, la question c'est ce qu'on met en commun.
- Il faut travailler sur sa santé mentale, comment travailler sur la santé mentale des autres si on n'y croit pas nous même?
- L'important c'est de travailler avec les jeunes avec la même approche, qu'on accueille un-e migrant-e qui a fait son exode rural dans les année 50 que l'on accueille les MNA. Il faut affirmer qu'on fait la même chose.
- Affirmer que le projet Habitat Jeunes fait déjà beaucoup pour la santé mentale et depuis longtemps.
- Réaffirmer la centralité de l'éducation populaire, le but c'est la rencontre de l'autre dans son entièreté.

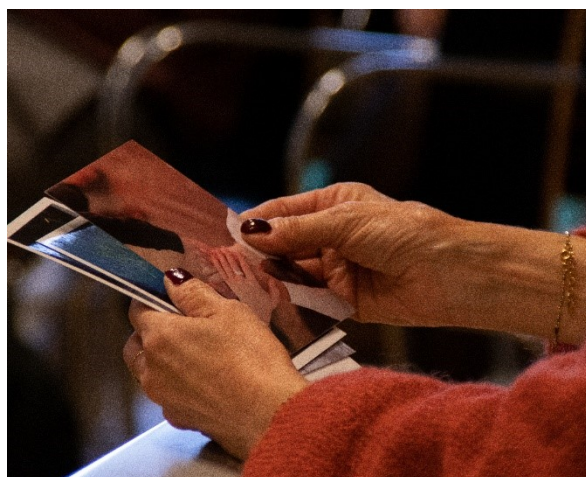
RESSOURCES

[Guide sur la santé mentale des personnes migrantes d'ORSPERE SAMDARRA](#)

Ateliers au choix

ATELIER 3

**Faisons appel aux jeunes pairs :
déconstruire les préjugés sur la santé mentale**



INTRODUCTION

La sensibilisation par les pairs dans l'accompagnement des publics consiste à faire appel à des personnes qui peuvent être concernées par les mêmes problématiques pour intervenir auprès d'eux. Par l'observation empirique, il a pu être constaté que la sensibilisation par les pairs pouvait constituer un complément à l'accompagnement socio-éducatif.

En tant que professionnel.le travaillant auprès des jeunes, il peut être difficile d'engager le dialogue avec eux, par exemple quand l'un-e d'eux s'isole, ne lève plus les yeux de son téléphone, évite tout contact avec le collectif. Ainsi, le réseau Habitat Jeunes peut faire appel à des jeunes pairs ayant suivi une formation spécifique sur un sujet d'intervention donné, dont la parole et le contact avec les résident-e-s seront facilités par leur proximité en âge.

La sensibilisation par les pairs permet ainsi de réduire la stigmatisation ou les a priori des jeunes sur le sujet de la santé mentale et de favoriser le repérage des jeunes éventuellement en souffrance. L'intervention des jeunes volontaires ne vise pas à apporter du soin – ce ne sont pas des professionnel-le-s – mais ils sont en capacité d'aborder avec d'autres jeunes le sujet peu ou mal connu d'une santé mentale universelle et mouvante.

INTERVENANT.E.S

Eva RASOLONDRAMANITRA, Chargée de mission en action socio-éducatrice et numérique à l'URHAJ PACA-Corse

Jérôme RASTELLO, Coordinateur du Service « Intervention et accompagnement » à l'Institut régional Jean Bergeret

« Feeling Good – les jeunes n'ont pas le seum »

Eva est en charge de la mise en œuvre du projet, dans lequel s'inscrit l'animation « Bien dans ma tête, bien dans ma vie ! ». Sur l'année 2021-2022, 2 jeunes volontaires en service civique ont été embauchées à l'Urhaj pour élaborer cette animation sur la thématique de la santé mentale. Elles ont ensuite parcouru les résidences en PACA-C pour assurer elles-mêmes l'animation auprès des jeunes résident-e-s.

Les principaux enseignements de cette animation de sensibilisation par les pairs :

- Proposer un langage adapté aux jeunes : vulgarisation des propos, pas d'effet « moralisateur », possibilité d'identification...
- Déstigmatiser la santé mentale : bien plus d'impact quand c'est un-e jeune, un-e « pair » qui te le dit
- Comprendre que tout le monde et notamment les jeunes ont une santé mentale, qui est mouvante, et que pour prévenir toute souffrance ou trouble, il faut l'entretenir, en prenant du recul sur soi, en réfléchissant aux choses qui nous font du bien, aux qualités que l'on a, aux personnes qui nous entourent...

Le programme a été renouvelé en septembre 2022, avec de nouveaux volontaires en service civique et une nouvelle action sur l'addiction aux écrans.

L'Institut Jean Bergeret est situé à Lyon (il fait partie de la Fondation ARHM) et intervient dans les champs sanitaire et médico-social, en psychiatrie, handicap et addictions.

Il est également à l'origine du programme Ambassadeurs de santé mentale : un programme de formation accélérée pour des jeunes en service civique, à partir duquel ceux-ci interviennent auprès de groupes de leur âge pour parler de santé mentale. Le programme se développe peu à peu dans toute la France et les informations relatives sont présentes sur [le site](#).

ECHANGES

Question à Eva : comment avez-vous introduit l'animation dans les résidences ?

→ Les deux jeunes volontaires en service civique ont sollicité une réunion en amont de chaque animation avec un-e intervenant-e socio-éducatif de la résidence, qui serait également présent-e lors de l'animation. La présence d'un-e référent-e et le temps de préparation permettent d'anticiper d'éventuels « débordements » que les deux jeunes femmes en service civique pourraient avoir du mal à gérer lors de l'animation. Eva, en tant que référente service civique, était également présente et pouvait intervenir en cas de difficultés, mais aussi pour inclure certain-e-s jeunes « réfractaires » pour mieux les inclure aux jeux. Globalement, il s'agit d'une animation ludique (construite entièrement par les deux volontaires : brise-glace, quizz sur Kahoot, photo-langage) qui aborde un sujet dont on parle peu. Les jeunes se sont montré-e-s plutôt curieux et se sont pris-es au jeu.

→ Il y a eu parfois des pleurs, mais toujours de la bienveillance, de l'écoute, l'objectif étant de créer un espace de confiance pouvant permettre à certain-e-s de témoigner « moi aussi je suis passé-e par-là ». À la fin de l'animation, les intervenant-e-s peuvent être davantage en retrait et laisser agir le collectif.

→ Le terme « santé mentale » n'est pas mentionné dans le titre de l'animation, c'est volontaire. L'objectif, c'est d'en parler, mais avec d'autres termes, choisis par les 2 volontaires qui ont complètement reformulé la problématique pour une meilleure vulgarisation du sujet.

Question à Eva : quelles difficultés avez-vous rencontré pour le recrutement des jeunes en service civique ?

→ Un recrutement long pour identifier les deux jeunes volontaires ; craintes au départ sur leur âge (tout juste sorties du bac) ; elles n'avaient pas le permis, Eva les véhiculait dans chaque résidence pour les animations et les ramenait chez elles ensuite.

→ Dire dès le départ que les animations ont lieu en soirée (un frein visiblement pour certains volontaires au service civique).

→ Elles venaient toutes les deux de Marseille mais connaissaient mal la région : c'était donc un plus pour elles de se rendre sur ces sites ; un rythme a été mis en place entre décembre et mars avec des horaires de bureaux, puis pendant la période où se faisait l'animation, horaires en soirée et récup' associées.

Question à Eva : avez-vous eu l'occasion de débriefer avec les équipes ? Et avec les deux volontaires ?

→ Une visio post-animation était programmée pour recueillir leurs retours en résidence. À la fin de l'animation, les deux volontaires laissent également une brochure avec un QR code renvoyant à un Drive répertoriant toutes les structures ou professionnel-le-s du territoire et numéros d'appel (répertoire adapté à chaque territoire d'intervention) + d'autres ressources.

→ Les volontaires ont pris conscience après-coup de la plus-value de leur travail, de l'impact qu'elles pouvaient avoir eu. L'échange avec des professionnel-le-s les a mises en confiance. Elles avaient toutes les deux démarré une licence de droit avant cette mission de SC, et ont toutes les deux bifurqué dans d'autres domaines pour reprendre leurs études.

Question à Jérôme : comment prendre contact ou développer le programme dans d'autres régions ?

→ Le projet d'Ambassadeur en santé mentale se développe aujourd'hui en AURA, Grand Est, Bretagne, Ile-de-France. L'essaimage est en cours, l'ambition est d'avoir touché l'ensemble des régions dans 3 ans.

→ Le modèle de déploiement s'appuie chaque fois sur un institut ou une structure de santé mentale régionale. Les jeunes volontaires en SC sont recruté-e-s par le biais d'Unis-Cités, puis des binômes ou trinômes sont constitués (jamais de jeune volontaire intervenant seul-e).

→ Chaque promotion d'ASM a sa boîte mail, propose son contenu d'animations après avoir reçu une formation et un accompagnement initial. La structure intéressée peut contacter les jeunes ASM, avec un premier rendez-vous pour connaître la structure, l'équipe et les lieux où pourront se dérouler les ateliers. Ensuite, des dates sont programmées (l'un des facteurs de réussite identifiés : proposer un cycle d'interventions, éviter les one shot).

→ Pour le réseau Habitat Jeunes : signature d'une convention nationale, pour les déclinaisons locales. Prendre contact avec son Urhaj qui a un rôle de facilitateur pour faire connaître les missions.

Question à Jérôme : la pair-aidance s'est beaucoup développée dans le champ des addictions, est-ce un axe de développement pour vous ?

Exemple du recrutement d'un pair-aidant dans une résidence accueil à Nancy, qui semble beaucoup œuvrer à réguler la violence interne.

→ La grande différence avec la pair-aidance : le programme ASM fait du pair à pair, qui vise à travailler avec tou-te-s les jeunes, avec le parti-pris d'un recrutement le plus diversifié possible : pas besoin d'avoir des troubles psy pour en parler. La pair-aidance a contrario renvoie à des personnes concernées par la problématique dont elles parlent. Plus d'infos sur le site de Psycom : <https://www.psycom.org/comprendre/le-retablissement/lentraide-et-la-pair-aidance/>

→ Ils ont connu le cas d'un jeune stabilisé qui souhaitait participer au programme, il a été accompagné en conséquence.

→ Intervention ASM pas dans le ressort de la régulation ; le rapport de proximité se situe dans le savoir expérientiel : plus d'impact dans les échanges, registre émotionnel facilité, etc. ; la pair-aidance ne se suffit pas en soi, il faut pouvoir agir sur tous les registres de la santé mentale, ne surtout pas tout faire reposer sur une personne pair-aidante.

JOURNÉE NATIONALE Habitat Jeunes	« Aller vers, aller mieux » ACTES DE LA JOURNÉE
Paris	18 novembre 2022

SYNTHESE DES PRINCIPAUX MESSAGES

La sensibilisation par les pairs diffère de la pair-aidance : ici, c'est la proximité en âge qui permet à des jeunes en service civique, formé-e-s au préalable, de porter un message de santé mentale auprès d'autres jeunes (le collectif d'une résidence Habitat Jeunes par exemple).

Appliquée à la santé mentale, la sensibilisation par les pairs permet de dédramatiser le sujet, de le rendre moins stigmatisant, et in fine, de favoriser la prévention, voire le repérage de jeunes en situation de souffrance.

RESSOURCES

- [Support présentation des Ambassadeurs en santé mentale](#)
- [Présentations du projet Feeling Good, Urhaj PACA-Corse](#)
- [Brochure « Bien dans ma tête, bien dans ma vie », Urhaj PACA-Corse](#)

Ateliers au choix

ATELIER 4

**Vous n'êtes pas seules :
prendre soin ensemble, développer les partenariats**



INTRODUCTION

Le partenariat est un axe central du projet Habitat Jeunes. Il s'incarne dans les fonctions, résidences, territoires. En matière de santé mentale, comment se tissent les liens ? Comment le faire vivre, l'ancrer ? Le faire évoluer ?

INTERVENANT.E.S

Mathilde Chevalier, Coordinatrice des actions collectives, Jeunesse et Habitat Tours

Céline Lacote, Directrice, Adali Habitat

Mickaël Pourtier, coordinateur national ANPAEJ

Mathilde Chevalier

Projet « Mal-être et addictions, un repérage précoce nécessaire » (depuis 2015, réponse à un appel à projets de la Mildeca et de l'ARS). Basé sur les axes identifiés par les pouvoirs publics et l'observatoire UNHAJ : jeunesse/santé mentale/addictions. Contenu :

- Permanence d'écoute 2 fois/mois dans la résidence par un-e psychologue de l'espace santé jeunes
- Action collective avec l'Espace Santé Jeunes et le CSAPA (centre d'addictologie)
- Formation des salarié-e-s par l'Espace Santé Jeunes : « comment orienter sans effrayer ? »
- Cycle de 4 ateliers sur le siège social de l'asso :
 - Je teste mes poumons : animation de sensibilisation sur le monoxyde de carbone, puis débat (co-animation : animatrice espace santé jeune + infirmière CSAPA)
 - Info Intox : Outil sur les addictions (Co-animation : espace santé jeunes + infirmière CSAPA)
 - Cannabis, alcool, que dit la loi ? Intervention d'un policier spécialisé dans la lutte contre les drogues (animation : animatrice espace santé jeunes)
 - Prendre soin de soi et savoir se mettre en valeur (co-animation : espace santé jeunes + Socio-esthéticienne)

En bonus, sur la résidence dédiée alternant-e-s/étudiant-e-s : Savoir + pour risquer - Limiter les risques en milieu festif et/ou étudiant

Difficulté : maintenir le lien entre les partenaires et les équipes HAJ qui connaissent beaucoup de turn-over

Réponse : « Habitat Jeunes fête sa rentrée », où toute l'équipe et les jeunes, ainsi que les partenaires, sont présent-e-s et se rencontrent.

Céline Lacote

- ESMS - Activité principale FJT 500 places/Appartements thérapeutiques/MECS/ PAEJ...
- Adali implantée en Meurthe et Moselle + Vosges (plus rural et périurbain, ce qui permet une réponse adaptée)
- Équipe pluridisciplinaire permet la montée en compétence et une approche globale

Partenariat sur les territoires :

- Être identifié et répondre aux besoins des professionnel-le-s et des publics.
- Les partenariats reposent sur l'implication de la direction, la remontée des besoins des jeunes et des équipes et les suggestions de l'administration.

Nécessité de former les équipes et d'entretenir la relation avec les partenaires. Aujourd'hui, l'équipe est reconnue et formée.

Prendre le temps de temps de connaître les acteurs de son territoire.

Mickaël Pourtier, Témoin-partenaire / www.wanpaej.fr

Convention nationale avec l'Unhaj : objectifs : se connaître, imaginer sur les territoires les réponses à apporter

PAEJ = dispositif hétérogène - réinscrire le jeune dans son environnement social pour limiter et éviter les situations de ruptures.

- Lieu d'accueil inconditionnel pour parler, pour se retrouver, pour s'abriter, pour vivre son quotidien (douche, repas...)
- Dispositif 'polymorphe' selon le territoire et l'existence d'autres dispositifs (équipe pluridisciplinaire ou pas). Profils des professionnels dans le PAEJ : Educ spé ; travailleurs sociaux ; psychologues.
- Souple, adaptable, mobile, accessible, gratuit, sans accord parental.
- Ne pas hésiter à solliciter le niveau national pour des informations ou monter un projet.
- Existe au niveau régional (Bretagne et Occitanie)
- Vivier de partenaires (entre 30 et 40 selon le territoire).

Objectif du PAEJ : aller vers. Par le biais :

- d'actions individuelles et/ou collectives vers les jeunes, les parents,
- de maraudes,
- de permanences d'écoute - mise en place possible en RHAJ,
- d'antennes territorialisées - mise en place possible en RHAJ,
- de rencontres sur un lieu tiers au besoin/sur demande, d'organisation d'activités créatives, sportives (randonnées à dos d'ânes, chantiers de bénévoles sur un festival...)

ECHANGES

A Céline Lacote : comment s'y prendre pour animer la dynamique en interne (Adali) ?

- Chef de service travaille en lien avec les ISE (intervenants socio-éducatifs).
- Importance de la transversalité - la question de la santé est partout au sein de l'association.
- GT interservices - thème précis et transversal (maltraitance, risque suicidaire...), pour se (re)connaître...

Comment animer l'aller vers ?

Mathilde :

- Vigilance quotidienne sur les temps informels (repérage), incitation du jeune (déconstruction/ « détabouisation »), répartition au sein de l'équipe de l'accueil du jeune (pour ne pas 'bouchonner' la permanence).
- Entretien individuel et utilisation d'un tableau Excel en ligne pour garder une vue d'ensemble sur l'accompagnement collectif et individuel des jeunes.
- Réunions mensuelles.
- Bouche à oreilles – les jeunes se parlent entre eux, ce qui lance les dynamiques.
- Connaissance et identification du partenaire est un + (la permanence en FJT est assurée en structure par la même personne).
- Remarque : l'aller vers c'est aussi aller toquer à la porte d'un-e jeune qui va mal, s'installer dans l'espace collectif pour travailler...

Céline :

- Accompagnement du jeune en individuel vers l'extérieur pour les problèmes physiques.
- Temps collectifs sont des ressources en interne.

Divers

L'approche en collectif peut freiner certains jeunes, mais il n'est pas évident de trouver le moment et le partenaire qui ira sur de l'individuel.

Temporalité : un jeune qui va mal, c'est maintenant ! Le réseau et le partenaire doivent/devraient être mobilisables à l'instant T. Le professionnel-le est confronté.e à la crise, la subit, et peut accompagner vers l'hospitalisation. Une intervention policière est difficile, peut découler sur une hospitalisation à la demande d'un tiers. La relation de confiance avec le jeune est entachée.

Il faut une culture commune, objectiver, construire une réponse commune, écrire la réponse et l'inscrire dans le temps.

Il faut aller vers de nouveaux acteurs plus orientés sanitaires (ARS). De nouveaux dispositifs et AAP émergent, mais demandent une veille et une mobilisation constantes.

Les disparités entre les territoires et les axes prioritaires de ces partenaires compliquent la recherche de financements. Inscrire les valeurs HJ dans les conventions nécessite une connaissance puis une négociation.

La notion de secret partagé : ce qu'on communique, ou pas. Information confidentielle. À négocier ou borner avec le partenaire. Cette question est également à creuser au sein des équipes de la structure (qui accède à quelles informations ?).

Nécessité de bien connaître la loi et les droits de chacun (jusqu'où peut-on aller ?).

Partenariat sans financement existe sous forme de prestations. Peut permettre d'expérimenter des choses.

Il y a 2 temps (ce que je souhaite, mes objectifs... et ce que je peux faire, comment, avec qui...) et 2 niveaux (national/local). Nécessité de s'inscrire dans les dispositifs, les enveloppes des collectivités diminuent.

Un partenariat peut être remis en question du fait du turn-over des équipes. Un-e salarié-e peut partir avec l'histoire du partenariat et/ou la cartographie des ressources. La communication entre les professionnel-le-s est une priorité pour mieux cerner la problématique.

SYNTHESE DES PRINCIPAUX MESSAGES

→ Formation des professionnel·le·s : priorité (malgré le turn-over et des difficultés de recrutement) – repérage précoce, comment je gère la crise pour protéger le jeune, me protéger moi, prévention... permettra l'Aller Vers.

→ Outil de communication en interne à mettre en place : pluri-connaissance des problématiques. Vigilance cependant à la culture de la structure (agent technique, d'entretien, veilleur de nuit...). Ces professionnel·le·s recueillent souvent des propos dissimulés par ailleurs.

→ Nécessité de créer des espaces dédiés : ateliers, groupe de parole...

→ Adaptation du bâti : repenser les espaces collectifs ou des micro-espaces dans les étages pour la rencontre entre professionnel·le·s et jeunes.

→ Pairs-aidants : notion d'habiter dans/travailler dans. Nécessité de communiquer/développer les relais. Former les jeunes pourrait favoriser également l'Aller Vers et activer les réseaux.

Exemple d'initiative en région :

L'Urhaj PDL et la Fédération des Centres de santé ont réalisé une étude sur l'accès à la santé des jeunes.

Ce qui en ressort : grosse problématiques d'accès aux soins : manque d'information sur ce qui existe, sur leurs droits, manque d'accessibilité des professionnel·le·s de santé... Par exemple : 62% des jeunes renoncent aux soins faute de disponibilité et de ressources financières.

- Il existe des équipes mobiles « psychiatrie précarité » dans certains départements, qui se déplacent dans les structures
- Cellules d'urgence médico-psychologiques (CUMP) - intervention auprès des publics et des professionnel·le·s en cas d'événements tragiques

Ateliers au choix

ATELIER 5

**Les actions collectives au service du bien-être en HAJ :
agir sur les déterminants de la santé mentale**



INTRODUCTION

Les animations collectives constituent l'un des piliers de l'accompagnement en résidence HAJ, et représentent aussi un moyen d'aborder et soutenir la santé mentale des jeunes. Elles permettent d'aborder la thématique, par l'intervention d'un-e expert-e de la santé mentale, le jeu ou l'échange. De plus, en prenant part à un collectif, les jeunes créent du lien social, identifient des personnes ressources et évitent l'isolement.

INTERVENANT.E.S

Jeannick Nauleau, Association Habitat Jeunes Marguerite d'Anjou, Pays de la Loire, Angers

Marie Guesdon, Directrice de l'association Pass'Haj, Nord Deux-Sèvres

Présentation projet : « Parenthèse bien-être. Viens prendre du temps pour toi », Jeannick Nauleau

Projet mis en place à la demande des jeunes suites au confinement : fragilité au quotidien, perte de repères, angoisse, isolement...

L'équipe socio-éducative a souhaité proposer diverses actions pour aborder le sujet de la santé mentale :

- Psychologue : 6 heures de présence par mois pour les rencontres individuelles. Les prises de rendez-vous sont réalisées par les ISE. La psychologue contacte les équipes seulement pour les informer de situations préoccupantes, urgentes. Des temps d'automassage sont également proposés pour que les jeunes puissent apprendre les gestes.
→ Le bilan de ce projet fait remonter un certain nombre d'annulations de rendez-vous de la part des jeunes, les ISE souhaitent ainsi proposer des temps collectifs pour lever les freins et faciliter l'accès au point d'écoute.
- Théâtre : ateliers pour travailler sur l'estime de soi.
- Médiation animale effectuée par une professionnelle qui intervient 1 fois par mois dans la résidence. En fin d'année, la médiatrice proposera de visiter l'asinerie (ânes).

- Quazar : intervention en lien avec la santé sexuelle.
- Journal créatif : 4 sessions où les jeunes ont pu élaborer une fresque, réaliser des collages tout en échangeant.
- Sport : interventions en fonction des demandes des jeunes : boxe, jogging.
- Socio esthéticienne : atelier de présentation sur l'estime de soi.

Les financements : ARS et Conseil Régional via l'appel à projet de l'URHAJ Pays de la Loire, Crédit Mutuel, Lions'club (club de foot), Banque populaire pour un budget de 5 100 €.

Précisions : les jeunes ayant besoin d'un suivi plus régulier sont orienté-e-s vers le cabinet de la psychologue afin de permettre l'accès au point écoute au plus grand nombre de jeunes.

La psychologue n'intervient pas auprès des équipes dans le projet.

Les animaux sont interdits dans les structures : dans le cadre de la médiation animale, c'est l'intervenante qui vient avec ses animaux.

Présentation projet « Bien dans ton assiette, bien dans tes baskets », Marie Guesdon

Le projet a commencé avec la mise en œuvre d'un jardin partagé. L'animation de jardin se déroule toutes les semaines avec l'intervention d'un animateur et de bénévoles. Le jardin potager est également un espace de repos, de sérénité. Les jeunes apprécient de se poser dans ce jardin pour décompresser.

Diffusion des capsules vidéo pour illustrer le projet.

Les repas partagés : de la récolte à la cuisine et aux repas partagés

La conserverie : chantiers participatifs en partenariat avec une conserverie artisanale (entre 600 et 1000 bocaux de tajines, petits pois carotte...). Des jeunes partent une journée à la conserverie avec les légumes du jardin et participent à la mise en bocaux.

L'outil itinérant et festif est le bar à Siro'thé : caravane itinérante sur le territoire à la demande d'associations sportives (Comité Olympique et Sportif), d'associations culturelles... Des jeunes animent cette caravane, vendent des sirops et infusions constitués chaque année à partir des aromates du jardin. Un livre de recettes a également été réalisé. Le bar à Siro'Thé est un véritable outil de promotion de la santé reconnu par les institutions, dont l'ARS. La caravane sort une douzaine de fois dans l'année dans les festivals qui sont en lien avec le projet socioéducatif.

Aujourd'hui, le bar fonctionne à prix libre, les recettes abondent un fonds de solidarité géré par les jeunes permettant le financement de projets individuels ou collectifs.

La patate est un système de monnaie mis en place par les jeunes, ce système ne fonctionne qu'en interne. Elle permet aux résident-e-s de payer leur repas partagé, d'accéder à l'épicerie et à des évènements culturels.

Financements : prévention santé jeunes de l'ARS de 15 000 €.

Partenariat avec des professionnels de la santé, de l'alimentation du territoire.

Projet qui dure !

Chaque nouvelle action est née à partir de freins relevés permettant d'élargir le projet, d'innover en permanence depuis 15 ans.

Les effets observés/paroles de jeunes :

« *C'est quand même moi qui l'ai fait* », les jeunes sont dans le non faire du point de vue de la société et grâce à ce projet, ils se construisent.

« *Papoter de tout et de rien* » : facilitateur pour les jeunes

« *On fait, mais on fait ensemble* » : gros travail sur les compétences psychosociales

« *Vivre ensemble, c'est un très gros truc et j'ai appris ça !* »

Ces espaces favorisent le bien-être des jeunes. C'est la possibilité de vivre des expériences favorables à leur santé. Possibilité de vivre en dehors du produit avec le bar sans alcool pour les jeunes qui, à d'autres moments, peuvent consommer beaucoup.

Les jeunes sont très fier·e·s dans la caravane lors des festivals.

ECHANGES

Autres projets repérés par le groupe :

- Les Mercredis du bien-être proposés dans une résidence une fois par mois, ils s'articulent autour de plusieurs intervenant·e·s (socio esthéticienne, sociologue...).
- AAJT Vitrolles : « les Apéros de Maud », psychologue qui accueille les jeunes chaque mois pour parler librement de la santé mentale. Projet PACA Corse « Bien dans ma tête, bien dans ma vie » : ateliers de sensibilisation à la santé mentale mis à disposition pour le réseau (cf. fiche expérience Guide Unhaj)
- PAEJ : Mini séjour exclusivement pour les jeunes filles, week-end bien-être pour travailler l'estime de soi avec une psychologue, proposition médiation animale avec les chevaux
- Adamal : psychologue qui intervient une fois par semaine, une équipe de professionnel·le·s dédiée à la santé. Organisation d'une journée sur un voilier sur les métiers de la mer, atelier plongée pour la gestion du stress, ateliers de yoga, de sophrologie. Ateliers antistress surtout pendant les périodes d'examen.
- Bretagne : des ateliers mécaniques ont eu un succès, les jeunes voulaient autre chose que des ateliers « psycho quelque chose ».
- Résidence de Lille : l'art est un outil intéressant pour parler d'eux.
- Retours sur les problèmes de mobilisation des jeunes, suite à un turn-over récurrent : dans les projets de développement de nouvelles structures, le jardin fait partie intégrante de la résidence. Quand le projet est permanent, il est plus facile de faire porter les projets par les équipes. 2 salarié·es sont en permanence sur le projet. Il s'agit d'un projet circulaire qui permet de répondre à un ensemble de jeunes, quelques jeunes peuvent être intéressé·es seulement par le jardin, d'autres par la gestion de la caravane...
- Part'HAJ ton talent : valorisant pour les jeunes. Activité assez simple à mettre en place.
- En Pays de la Loire, Soirée Popote et papote : repas avec les jeunes et un·e invité·e mystère, les jeunes au cours du repas échangent avec l'invité·e mystère et doivent deviner son métier. Au dessert, ils découvrent que l'invité·e est psychologue. Cette soirée a largement contribué au fait que les jeunes ont poussé la porte du cabinet de la psychologue plus facilement.

RESSOURCES

- Support de présentation de Marie Guesdon : [Bien dans ton assiette, bien dans tes baskets](#)
- Support de présentation des actions collectives de Marguerite d'Anjou par Jeannick Nauleau : « [La parenthèse bien être – Viens prendre du temps pour toi](#) »

Ateliers au choix

ATELIER 6

Les groupes d'analyse de pratiques : s'entraider et être soutenu.es

INTRODUCTION

Dans l'exercice de leurs missions, les intervenant-e-s socio-éducatifs sont exposé-e-s à des situations complexes, notamment sur le plan émotionnel, auxquelles ils ne trouvent pas toujours immédiatement les solutions et/ou qui peuvent affecter leur santé mentale. Le groupe d'analyse des pratiques professionnelles, animé par un psychologue ou un psychiatre, est une pratique très répandue dans le secteur social qui permet de pouvoir puiser des ressources auprès de ses collègues et de professionnel-le-s de la santé mentale pour faire part des situations et difficultés vécues et y trouver des solutions. Cette pratique se développe dans le réseau Habitat Jeunes et les retours d'expériences sont positifs.

INTERVENANTS

Alain Mathieu, Président Urhaj Grand-Est, membre du bureau de l'Unhaj et formateur. Il a animé des groupes d'analyse de pratiques professionnelle, notamment dans le réseau HAJ.

Sébastien Lemaire, intervenant socio-éducatif à la résidence l'Étape de Paris.

ECHANGES

L'utilité de l'APP (analyse de la pratique)

- ➔ Pratiquée par de nombreux participants à l'atelier, l'APP est reconnue comme un outil enrichissant qui permet :
 - De donner confiance aux professionnel-le-s car confortant la pratique quotidienne et valorisant le travail et le métier
 - Une prise de recul par rapport aux situations rencontrées
 - De déposer/évacuer ce qui a été mal vécu sur le plan des émotions/réactions pas toujours bien maîtrisées
 - D'échanger/partager entre professionnel-le-s sur les formations, compétences et expériences variées et souvent complémentaires
 - De créer une dynamique d'équipe, rompre l'isolement qui peut exister dans le travail
 - De trouver une solution honorable à une situation complexe
- ➔ L'APP peut se faire entre professionnel-le-s de structures différentes, ce qui peut faciliter la prise parole.
- ➔ Il peut être intéressant de varier le profil des animateurs et il est préférable que ces derniers soient externes à la structure
- ➔ L'APP participe à la professionnalisation et à la lutte contre l'usure et la démotivation professionnelle. L'étude de cas permet de réintroduire le sens du travail. Revalorisation du métier/ du travail

Les règles de l'APP

- ➔ Pour qu'il soit réussi, l'APP doit respecter un certain nombre de règles :
 - Ce doit être un espace protégé dans lequel le professionnel-le ne prend pas de risque vis-à-vis de ce qu'il a osé dire. Cela implique en principe l'absence de présence de supérieurs hiérarchiques
 - Les échanges sont confidentiels, ils ne doivent pas sortir du cadre du groupe
 - Le cadre de l'APP doit être bienveillant, le groupe doit prendre soin de lui-même
- ➔ Une importance doit être apportée à la forme de l'expression. Les idées peuvent être discutées, sans que les personnes ne soient critiquées.

→ La parole doit être respectée.

→ Pour que le dispositif fonctionne, sa mise en place doit être voulue par la direction de la structure et être promue par cette dernière. La participation peut être volontaire ou obligatoire.

Les écueils à éviter

→ Il est souligné que l'utilisateur reste l'objet de l'APP, avec pour finalité de trouver une solution à une situation décrite. L'APP n'est donc pas :

- Le lieu pour évoquer le fonctionnement de l'équipe
- Un défouloir
- Un lieu où l'on recherche un-e responsable/coupable

→ Les professionnel-le-s doivent faire attention à ne pas se culpabiliser mais aussi à ne pas se déresponsabiliser ou se victimiser en culpabilisant l'utilisateur

SYNTHÈSE DES PRINCIPAUX MESSAGES

Il y a consensus sur l'utilité des APP. Ceux qui y ont déjà participé font la promotion de cette pratique et ceux qui le découvrent souhaitent pouvoir le pratiquer. L'importance du respect de règles de fonctionnement est soulignée, tout comme les écueils à éviter.

RESSOURCES

Supports de présentation d'Alain Mathieu :

- [Analyse des pratiques](#)
- [Étude de cas](#)

Ateliers au choix

ATELIER 7

**Agissons sur notre bien-être :
développer les compétences psycho-sociales**



INTRODUCTION

Les compétences psychosociales, appelées également aptitudes relationnelles, s'inscrivent dans une conception de la santé globale, définie par l'OMS comme "un état de complet bien-être physique, mental et social, qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité". Même si elles ne sont pas le seul déterminant de la santé mentale, les compétences psycho-sociales sont des facteurs d'empowerment, de développement du pouvoir d'agir.

INTERVENANTES

Léa VANBUCKHAVE, Chargée de projets pôle santé, jeunesse et publics prioritaires au Centre régional d'information et de prévention du sida et pour la santé des jeunes en IDF (CRIPS IDF), organisme de formation qui met également à disposition de nombreux outils pédagogiques à destination des équipes de professionnel-le-s sur différentes thématiques liées à la santé mentale et sexuelle des jeunes.

Marie SANDOZ, Chargée de mission/développement à l'Urhaj AURA. Elle a travaillé en tant que référente santé pour l'Urhaj pendant plusieurs années et a contribué à la parution du Guide « *Informer, orienter et accompagner les jeunes en souffrance psychique en Rhône-Alpes. Guide pour les professionnels* », paru en 2015. Elle continue à porter activement la thématique santé dans le réseau.

Présentation des CPS (compétences psycho-sociales) :

S'appuyant du champ de la « psychologie positive » de Martin E. P. SELIGMAN, les compétences psychosociales (qui peuvent être Sociales, Cognitives ou Emotionnelles), sont déclinées par l'OMS et l'Unesco en 10 aptitudes, souvent présentées en couple :

- Apprendre à résoudre des problèmes / apprendre à prendre des décisions
- Avoir une pensée créative / avoir une pensée critique
- Savoir communiquer efficacement / être habile dans les relations interpersonnelles
- Avoir conscience de soi / avoir de l'empathie pour les autres
- Savoir gérer son stress / savoir gérer ses émotions

Atelier « à nous les forces » - Présenté par Léa VANBUCKHAVE en co-animation avec Marie SANDOZ :

Lors de l'atelier « À nous les forces », le travail et la réflexion portent sur la compétence « Avoir conscience de soi » au travers de l'identification des forces de caractères de chacun :

Dans un premier temps d'environ 15 minutes, les participant-e-s réfléchissent individuellement et essayent d'identifier leurs trois « forces » principales parmi les 24 forces : Sagesse, Gratitude, Persévérance, Curiosité, etc. (voir site internet du CRIPS). Ces forces sont présentées sur des cartes illustrées posées sur une table et une affiche. Cela permet aux participant-e-s de se déplacer et d'échanger informellement avec les autres.

Ce qui rend opérationnel ce choix c'est l'exemplification ; charge à chaque participant-e de trouver une situation réelle et vécue où cette force a été mobilisée.

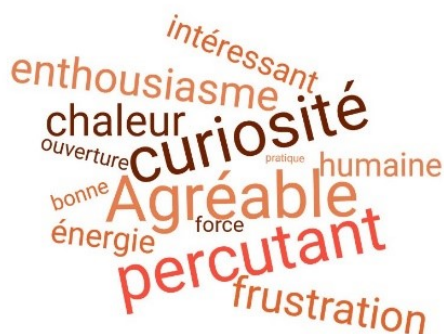
La seconde partie de l'atelier (15') consiste en un échange en sous-groupes de trois ou quatre personnes où, à tour de rôle et force par force, les participant-e-s expliquent et exemplifient leur choix. Les contenus de ces échanges sont personnels et confidentiels, mais permettent aux participant-e-s de mieux se connaître, de mieux connaître les autres, et de modifier leurs représentations sur ces forces. Ces échanges mobilisent en outre d'autres compétences : la communication verbale et non verbale, la prise de décision, développer une pensée critique et s'auto-évaluer, l'estime de soi, la confiance en soi et l'empathie.

ECHANGES :

Après l'atelier, un court temps d'échange permet d'en dresser un bilan, il ressort quelques points principaux :

- Cet outil permet de travailler la connaissance de soi.
- Cet atelier fonctionne bien avec des adultes même s'il est conçu pour des jeunes.
- C'est un outil dynamique agréable et valorisant.
- Cet outil facilite les échanges sur les représentations de la santé mentale, qu'on aurait eu du mal à aborder dans d'autres circonstances.

Pour conclure, on demande aux participant-e-s de décrire l'atelier en un mot :



RESSOURCES

- [La boîte à outil pédagogique du CRIPS](#) héberge :
 - L'animathèque (un ensemble de kits d'animation d'atelier, dont « À nous les forces »)
 - Des dossiers thématiques très complets sur les sujets traités par le CRIPS (Bien être, Compétences psychosociales, Écrans et jeux vidéo, Education à la sexualité, Lutte contre les discriminations, Nutrition et image du corps, Prévention des consommations de drogues, Prévention du VIH/sida, IST, hépatite).
- www.viacharacter.org : un test de personnalité permettant d'établir ses forces.

Ateliers au choix

ATELIER 8

Changeons de regard sur les addictions : accompagner les pratiques addictives pour en réduire les risques

INTRODUCTION

Les addictions sont une thématique récurrente au sein réseau : nombreux-ses sont les jeunes résident-e-s consommateur-ric-e-s, voire dépendant-e-s, de substances ou de comportements à risques. La tendance actuelle en addictologie promeut la posture de réduction des risques, afin de ne pas interdire, mais accompagner les addictions, qui sont bien une pathologie et doivent être prises en charge comme telles.

L'Unhaj est partenaire d'Addictions France et propose deux sessions de formation par an pour acquérir les premiers repères en addictologie et se familiariser à la réduction des risques.

INTERVENANTES

Hélène LAHMAR, cheffe de service Addictions France 51 et 08

Virginie OUIN, directrice Habitat Jeunes Noël Paindavoine

Le concept d'addictions

« C'est un processus reposant sur des comportements qui peuvent avoir pour fonction de procurer du plaisir et de soulager un malaise intérieur, et qui se caractérise par l'échec répété de son contrôle et sa persistance en dépit des conséquences négatives. »

On peut donc être consommateur sans être dépendant-e. Cette notion d'addiction apparaît dans les années 90. Aujourd'hui, une addiction est identifiée non pas par le rapport aux produits mais par les comportements des usager-e-s (elle est donc multifactorielle).

Il existe des facteurs de risques (vulnérabilités) : personnalité, génétique, appétence pour la recherche de sensations, dysfonctionnements familiaux... Ainsi que des facteurs de protection: liens sociaux et familiaux solides, autonomie, confiance en soi...

Les différents types d'usages

Usage simple < usage à risque < usage nocif < dépendance.

Dans les deux premiers cas, l'usager-e a encore la possibilité de moduler voire arrêter sa consommation seul-e ou accompagné-e par un-e professionnel-le.

Les indicateurs pour évaluer l'usage : tester le jeune pour qu'il essaie d'arrêter quelque temps; connaître le budget alloué à la consommation malgré les potentielles difficultés financières.

Les principes d'accompagnement en addictologie

La volonté peut ne pas être suffisante pour contrôler sa consommation. Un accompagnement par des expert-e-s ou par les équipes des HJ formées est nécessaire.

Attention, alors que la temporalité du FJT est courte, celle en addictologie est longue (ambivalences, rechutes... font partie du parcours de soins). Il est important de prendre les choses positivement, les interdictions étant contre-productives pour les usagers.

La Réduction Des Risques

« La RDR s'adresse aux personnes qui, du fait de leur addiction, peuvent avoir des comportements à risques. Ces risques sont liés aux produits eux-mêmes, aux modes d'usage, aux circonstances de consommation. La mission est donc de limiter les risques sanitaires et sociaux liés à cet usage mais aussi de contribuer au processus de soin, au maintien ou à la restauration du lien social ».

Une participation active des usager-e-s est nécessaire. L'équipe doit reconnaître leur degré d'expertise sur le sujet ainsi que leurs modes de vie (auto-détermination).

Un travail avec la direction et le CA sur les interdictions, le règlement intérieur, le projet d'établissement... pour y intégrer au mieux une démarche de RDR s'avère très efficace. Addictions France peut accompagner ces temps. Elle peut également donner du matériel de RDR au FJT : steribox, roule ta paille, sérum phy, préservatifs, éthylo-tests, collecteur de matériels usagers, bouchons d'oreilles...

Partage d'expérience : actions de l'association Noël Paindavoine

- Toute l'équipe a été formée avec Addiction France (avoir un langage commun, une orientation commune au sein de l'équipe et avec les jeunes). Par ailleurs, toute l'équipe est « Promeneur du net » afin de se rapprocher des jeunes en essayant de comprendre leur monde et interagir avec eux.
- Dispositif TAPAJ au sein de la résidence (permet aux jeunes de 16 à 25 ans de reprendre le contrôle de leur vie et de prévenir leurs conduites addictives via un accompagnement global et une activité professionnelle payée à la journée).
- Soirées de sensibilisation en collectif et mise en place prochaine d'une CJCA (consultation jeunes consommateurs avancée) au sein de la résidence.
- Prise en charge parallèle des addictions via l'art et la sophrologie.

ECHANGES

➔ Inquiétude des équipes concernant l'effet boule de neige (le collectif peut favoriser/développer les addictions).

L'équipe ne doit pas culpabiliser, le FJT est une micro société qui ne peut pas empêcher ce phénomène. L'enjeu c'est de former les professionnel-le-s et d'ouvrir le débat avec les résident-e-s.

Il faut néanmoins faire la balance entre démarche RDR et cadre légal (par exemple, fin de contrat d'un-e résident-e pour les dealers au sein du FJT). Le principe de réalité « vie en collectif » doit primer. Il faut surtout que la sanction soit accompagnée de sensibilisation/informations/soutien.

➔ La pause clope : l'équipe montre « le mauvais exemple » ?

Elle permet un moment convivial, d'échange entre jeunes et professionnel-le-s, cette relation de confiance peut permettre d'ouvrir le débat sur la consommation et l'entrée sur un parcours soin.

➔ Comment faire la différence entre CBD et cannabis ?

On ne peut pas distinguer à la simple odeur ou apparence et ce n'est pas l'essentiel. La priorité est d'ouvrir le débat sur la consommation et, si la relation de confiance est installée, proposer d'arrêter quelque temps pour voir. L'important c'est que toute l'équipe soit à l'aise, outillée (direction, équipe socio-éducative, équipe « support »). Il faut éviter au maximum un cadre d'accompagnement à géométrie variable.

➔ Les CVS sont des espaces de paroles pour que les jeunes échangent sur leurs représentations autour des addictions.

Ateliers au choix

ATELIER 9

Se rétablir, c'est possible : accompagner les troubles psychiques sévères

INTRODUCTION

« Face à un problème physique, on envisage facilement la possibilité de s'en remettre, de s'en rétablir. Autrement dit, de retrouver une vie satisfaisante. Quand il s'agit d'un problème de santé mentale, cette perspective, le plus souvent, ne vient pas à l'esprit. On pense qu'on ne peut pas aller mieux si on vit avec un trouble bipolaire, des troubles alimentaires ou un autre trouble psychique. » (Source : Psycom)

Comment se saisir de cette approche au sein du réseau Habitat Jeunes ? Il existe très peu de structures spécialisées pour l'accueil de jeunes dans ces situations, comment faire pour accompagner lorsque le jeune doit rester dans la structure HAJ ?

INTERVENANTS

Mehdi AITOUCHÉ, éducateur spécialisé au sein du dispositif Un chez soi d'abord Jeunes (Lille) (UCSAJ).

Marveen CORNELIE, jeune accueilli dans le dispositif Un chez soi d'abord Jeunes (Lille)

Qu'est-ce qu'Un Chez-soi d'abord - Jeunes ? Mehdi

→ Un Chez Soi D'Abord Jeunes est un programme qui propose une prise en charge des jeunes de 18 à 25 ans atteints de pathologies mentales et sans abri (ou présentant le risque de l'être), nécessitant une prise en charge médicale (sur présentation d'un certificat médical) et un accompagnement social adapté. Si le dispositif classique est réservé aux troubles liés à la schizophrénie, UCSAJ est élargi à d'autres troubles tels que la bipolarité et la dépression. Actuellement à Lille, environ 50 jeunes sont suivis par le dispositif. Le lien avec les jeunes se fait via des structures d'orientation (type associations locales).

→ Le programme permet aux jeunes de visiter 3 logements en 8 semaines en tenant compte de leurs souhaits (choix de la ville, etc.).

→ L'association est titulaire du bail et propose du logement diffus en sous-location. Des professionnel-le-s effectuent des visites régulières (dont la fréquence est définie avec le jeune) dans les logements pour assurer l'accompagnement.

→ Les logements sont situés sur plusieurs communes de la Métropole de Lille : Lille, Tourcoing, Roubaix, Armentières. Il existe un dispositif similaire à Toulouse.

→ Le dispositif est constitué d'une équipe pluridisciplinaire : un psychiatre à mi-temps, un médecin, trois infirmiers, un psychologue, plusieurs pair-aidants. L'accompagnement se fait par multi-référence (mails communs, ligne de permanence commune) et les professionnel-le-s travaillent en binôme. Des partenariats sont également établis avec des structures du secteur médico-social (CMP, centres sociaux).

→ Une particularité du dispositif est l'inclusion des jeunes dans sa construction. Cela en passe par des assemblées de locataires, un recueil des besoins des jeunes via des entretiens individuels et la passation de questionnaires. Les personnes bénéficiaires ont une visibilité sur les informations transmises entre professionnel-le-s à leur sujet via l'accès à leur logiciel de transmission.

Quels effets a eu l'accompagnement UCSAJ sur son bien-être et son projet de vie? Marveen

Marveen a dû quitter la ville de Nice et avait besoin d'un logement à son arrivée à Lille. Étant en situation d'urgence, il avait le sentiment de n'avoir aucune issue mais UCSAJ lui a permis d'être relogé rapidement. Il a fait appel à l'association Cédragir, une association lilloise spécialisée dans la prévention des addictions. Celle-ci lui a proposé de réaliser une lettre de motivation afin d'être mis en lien avec UCSAJ. Les professionnel-le-s ont été à l'écoute de ses demandes, il a pu bénéficier de dons de nourriture via des partenaires du dispositif. Il souhaitait une évolution professionnelle et s'est engagé dans une formation d'éducateur spécialisé. Marveen évoque plusieurs aspects positifs du dispositif : une ouverture des professionnel-le-s qui n'imposent pas de contraintes importantes, l'écoute, l'expérience des CVS.

Le lien entre les résidences Habitat Jeunes et le dispositif UCSAJ

→ Les professionnel-le-s partagent le sentiment de ne pas être préparé-le-s à la gestion de crises éventuelles liées aux troubles en santé mentale. Certain-e-s jeunes accèdent au logement mais la prise de conscience des troubles se fait dans l'après (resurgissement de traumas, décompensation, etc.). Ce sentiment d'incertitude est accentué par le fait que certain-e-s jeunes n'évoquent pas toujours leurs troubles pour différentes raisons, notamment la honte. Les professionnel-le-s éprouvent des difficultés concernant la connaissance des troubles et des outils pour les gérer au quotidien. Ils évoquent une présence nécessaire des professionnel-le-s de santé dans les structures. Un risque est évoqué : l'influence négative de la gestion de la santé mentale des jeunes sur la santé mentale des équipes.

→ Les professionnel-le-s évoquent l'impact des troubles en santé mentale sur le bien-être de la vie en collectivité dans les FJT (par exemple : un risque de dégradation des espaces communs en l'absence de traitements). Selon eux, il est nécessaire de proposer un accompagnement vers un type d'hébergement adapté (logement solidaire, chez l'habitant, pension de famille) qui répond à des problématiques d'isolement ou à un besoin de vie en collectivité. Il conviendrait d'ouvrir des espaces de discussion avec différents acteurs pour offrir un cadre sécurisant. Mehdi évoque la possibilité d'une réorientation en fonction des besoins du jeune et insiste sur l'appui du corps de métier des professionnel-le-s du dispositif.

Penser la fin de l'accompagnement

→ Plusieurs personnes évoquent la négociation de la temporalité du séjour en lien avec le rétablissement. Un travailleur social donne l'exemple d'un résident en FJT, qui, à la suite d'une hospitalisation, travaille sur son projet depuis 4 ans.

→ Evanne Jeanne-Rose met en avant un travail possible sur le principe de réalité (prix des loyers, vie en autonomie) avec le jeune dès son arrivée afin d'éviter un choc à la sortie. Ce principe de réalité peut également être négocié via un plaidoyer.

→ Mehdi précise que l'accompagnement via UCSAJ peut se poursuivre même si le jeune est logé-e hors des logements proposés par le dispositif.

SYNTHESE DES PRINCIPAUX MESSAGES

→ Il est possible d'aller bien, malgré un trouble psychique sévère ;

→ Un outillage des professionnel-le-s est nécessaire pour permettre d'accompagner le rétablissement ;

→ Les postures de rétablissement se trouvent déjà dans l'accompagnement socio-éducatif, dans une certaine mesure ;

→ Il est possible de faire le lien entre les résidences Habitat Jeunes et le dispositif UCSAJ, à l'entrée ou à la sortie du logement.

RESSOURCES

- [Rétablissement](#)
- [Un chez soi d'abord jeunes Lille](#)

Théâtre forum

Une séance de théâtre forum d'1h30 a conclu la journée. Les comédien-ne-s de la compagnie Arc-en-ciel théâtre Île-de-France (ACTIF) ont mis en scène deux saynètes reproduisant des situations du quotidien où les équipes Habitat Jeunes sont confrontées à des jeunes qui manifestent du mal-être.



Présentation du théâtre forum

Le théâtre forum est un outil théâtral de transformation sociale. La méthode du théâtre-forum et ses différents outils d'intervention permettent de créer un espace de parole libre et une réflexion collective. Ce qui est recherché n'est pas le remède au problème mais la participation de tous à l'ouverture vers des possibles transformations individuelles et collectives.

Les comédien.nes présentent des saynètes issues de situations vécues problématiques, et invitent les participant.es à réagir pour dire comment ils/elles auraient fait dans la situation, et à le mettre en jeu sur scène, afin de proposer des alternatives.

Saynète 1 : le jeune « fuyant »

Au sein de la résidence, un jeune n'entretient aucun contact avec les équipes et ne participe plus aux activités. Un ISE se demande s'il n'y a pas un souci avec lui ; sa collègue lui répond qu'elle ne voit pas le problème, et que l'équipe est déjà débordée avec l'accompagnement d'autres jeunes, dont le mal-être est beaucoup plus visible.

Réactions et pistes issues des échanges :

Quand un-e jeune manifeste un changement inexplicable dans son comportement, cela doit interpeller les ISE.

- Même si le jeune n'est pas en crise, les ISE peuvent essayer de pousser plus loin pour comprendre la raison au changement de comportement : poser des questions, rebondir sur les mots employés par le jeune.
- Vérifier s'il n'y a pas une urgence (prise de médicaments, risque de passage à l'acte, etc.).
- Aller sur le terrain du jeune : s'intéresser à ce qu'il manifeste comme goûts, à ce qu'il est en train de faire.
- Langage corporel : se mettre à la hauteur du jeune (s'asseoir à côté de lui, etc.). Observer le langage corporel du jeune (ranger son portable, contact visuel, etc.)
- Écoute active : répéter ce que dit le jeune, rebondir sur ce qu'il dit. Pas d'injonction, être dans la mouvance du jeune.
- Rappeler que le jeune n'est pas seul-e, qu'il est entouré-e.
- Acceptation – sincérité – empathie.
- Même si le jeune est agacé-e, agressif-ve : cela donne déjà des informations sur son état, même malgré lui.

- Au sein de l'équipe, il est important de communiquer les observations que se font les un-e-s et les autres quant à l'humeur des jeunes (« j'ai remarqué qu'il était particulièrement silencieux ces derniers temps »).
- Entre collègues, l'information doit circuler et la parole doit être prise au sérieux.
- Les observations d'un-e ISE peuvent être discutées en réunion d'équipe.
- C'est le travail quotidien des équipes d'observer les jeunes.
- Le premier-e interlocuteur-riche du jeune, c'est son référent-e (qui est coordinateur-riche du projet de vie du jeune, donc il est au courant de tout ; mais n'est pas forcément l'ISE le plus proche du jeune). Le référent-e a à charge d'aller chercher les informations.
- Mais l'ensemble de l'équipe (y compris les veilleur-euse-s, les agent-e-s d'accueil, etc.) peut observer les jeunes et tout le monde peut être consulté pour comprendre ce qui se passe.
- Si le jeune est suivi-e par des partenaires (mission locale, etc.), il s'agit de consulter ceux-ci pour savoir en amont s'il n'y a pas eu un problème avec le jeune. Les partenaires suivent aussi les jeunes activement.
- Entre collègues, il est important de notifier quand on est débordé-e/fatigué-e.
- Possibilité de passer le relais aux collègues si on est submergé-e.
- Il est important de s'observer entre collègues aussi pour notifier quand une personne est submergée.
- Se partager les tâches.
- Si un-e ISE signale être fatigué-e, il est important qu'il puisse prendre du repos : si l'ISE ne va pas bien, il ne peut pas non plus aider le jeune à aller mieux.

Saynète 2 : La jeune qui exprime son mal-être

Une jeune exprime son mal-être auprès du veilleur de nuit. Celui-ci alerte une ISE, qui décide d'aller au-devant de la jeune mais s'identifie trop à ses problèmes et semble un peu trop insistante.

Réactions et pistes issues des échanges :

Quand on écoute un-e jeune qui partage ses problèmes :

- Laisser l'espace au jeune pour parler, être dans l'écoute avant tout ;
- Il ne s'agit pas de s'appropriier les problèmes des jeunes (attention au transfert) ;
- Porter attention au langage corporel du jeune ;
- Si possible, saisir l'instant où une opportunité de parler se présente (temps informels) ;
- Demander le consentement du jeune à ce qu'on pose des questions, qu'on parle de ce qui le touche.

Question de la distance émotionnelle :

- Chaque ISE rencontre les résident-e-s d'une manière différente, il est essentiel de croiser les informations et les impressions entre collègues.
- Quand on sent qu'on n'arrive pas à aider le jeune (parce qu'on n'en a pas les moyens et/ou parce qu'on est trop impliqué-e émotionnellement), il ne faut pas hésiter à passer le relais aux partenaires spécialisés.
- Entre collègues, rappeler à l'autre de prendre du recul quand il y a un investissement émotionnel trop important (les groupes d'analyse de pratique peuvent aider). Le sujet peut aussi être abordé en réunion d'équipe.
- Proposer des alternatives, négocier entre collègues sur la manière d'accompagner le mal-être du jeune.
- L'équipe est là pour reposer un cadre quand un-e ISE est dans l'affect, dans le transfert.

Les transferts sont normaux, en tant qu'humains. On est forcément dans l'affect et dans le lien : c'est essentiel d'avoir des espaces d'échanges entre professionnel-le-s pour qu'ils puissent s'exprimer sur leurs ressentis et ce qu'ils vivent.

Le mot de la fin

Evanne Jeanne-Rose, Vice-Président de l'Unhaj



Trois points : un regard sur le passé, un regard sur le présent, un regard sur l'avenir.

Le lien entre éducation populaire et santé mentale, qui a été fait lors de cette journée, ne date pas d'hier. La santé mentale a longtemps été marginalisée et continue à l'être : c'est à nous d'adapter les institutions, habitudes, politiques, pour que cette thématique soit normalisée.

Aujourd'hui, le chemin est loin d'être fini.

De nouveaux mots apparaissent pour nommer et mieux comprendre la santé mentale.

La santé mentale est une affaire collective, dans laquelle Habitat Jeunes a son rôle à jouer. Nous sommes dans l'agir social pour faire bouger les lignes. Rappelons qu'organiser une journée comme celle-ci, c'est réinscrire des personnes dans le droit.

Les conditions de travail au sein des métiers de l'humain ne favorisent pas une bonne santé mentale : c'est aux directions d'agir pour améliorer ces conditions. Car on ne peut pas prendre soin d'autrui correctement si on n'est soi-même pas en mesure d'aller bien.

Osons poser ces questions au travail : « est-ce que toi, tu vas bien ? » Il faut admettre que nous ne sommes pas des héros, que nous avons aussi nos problèmes et que nous ne pouvons pas les ignorer dans notre action envers les autres.

Un des points positifs du confinement : les espaces de dialogue et de soutien qui se sont ouverts. Il est important de se rappeler de ces initiatives, et de songer à les maintenir même en post-pandémie.

On réfléchit depuis 2 ans à orienter 2022 autour de la santé mentale.

Pour conclure, comme chacun sait, nous sommes face à une urgence écologique majeure. D'après les rapports du GIEC, plus nous sommes violent·e·s envers la nature et la communauté dans laquelle nous nous inscrivons, plus elles se déstructurent et plus nous sommes violent·e·s envers nous-mêmes.

Détruire l'environnement, c'est nous atteindre nous, en tant qu'individus.

Donc il faut continuer à agir avec nos outils et nos savoirs du travail social et de l'éducation populaire.

2023 sera consacrée à la transition écologique, et la santé mentale, ainsi que tous les autres sujets de ce réseau, auront une place dans ce prisme.





ALLER VERS, ALLER MIEUX

Habitat Jeunes,
acteurs de la santé mentale des jeunes



Union nationale pour l'habitat des jeunes

12, avenue du Général-de-Gaulle
CS 60019 — 94307 Vincennes Cedex

01 41 74 81 00

www.habitatjeunes.org

