

Hiver 2024

Le dossier

Savoirs expérientiels



Nouvelles de l'École

- Journée Source (p. 18)
- Lancement de l'Association des Alumni de La Source (p. 30)

Sommaire

Édito

Savoir s'ouvrir

3

Le dossier

Quand la douleur devient
un savoir partagé

4

Pair praticienne en santé mentale :
un rôle fondamental dans
l'accompagnement et le rétablissement

6

« Il est temps de faire tomber
les barrières »

8

Apprendre avec les patient·es :
les savoirs expérientiels dans
la formation continue

12

Expérimenter la durabilité :
l'atout infirmier

14

Agenda

Vos prochains rendez-vous
avec la santé

17

Nouvelles de l'École

Journée Source
Cérémonie de remise des diplômes
et célébration des jubilaires 2024

18

Infirmier de rue : récit de stage
à l'étranger

25

Infirmier·ère augmenté·e
ou infirmier·ère assisté·e ?

28

Lancement de l'Association
des Alumni de La Source

30

Nouvelles de l'ADES :
Le Groupe Re-Source
présente ses activités

31

Le mot du Directeur

2024, quelle année !

33

Coup de cœur

Plongez dans le Grand Bleu

35

La rubrique de Tata Dom'

Les savoirs expérientiels en nutrition :
cuillère avion et tarte tout-y-va
pour héritage

36

*Dans le Journal La Source, le choix du langage est laissé
aux auteur·trices pour leur article. La formulation épïcène
ou inclusive est privilégiée, mais là où elle n'est pas utilisée,
ce qui est écrit au masculin se lit au féminin et inversement.*

*Sauf mention, le copyright des photos utilisées est attribué à
l'Institut et Haute École de la Santé La Source, elles ne peuvent
pas être utilisées sans leur accord.*

Savoir s'ouvrir

Par **David Trotta**, Rédacteur en chef du Journal La Source, Institut et Haute École de la Santé La Source

À un ou une inconnue qui passe. N'en garder aucune trace, sinon celle d'un sourire. L'un de ceux qui en dit long au sujet d'un parcours, de soin ou de vie. L'un de ceux qui ouvre une porte à l'engagement vers l'autre, pour s'en inspirer, entrer en relation et construire ensemble. Pour mieux partager ce que l'on sait, ou ce que l'on pense savoir. Tout comme les expériences qui nous forgent et dont le récit s'avère parfois indispensable aux autres.

Dans le champ de la santé en particulier, où l'humain occupe une place centrale, savoir s'ouvrir, pour les professionnel·les, c'est prendre le temps d'apprendre, avec et aux côtés des patient·es. Revoir les rôles, faire symboliquement tomber la blouse, pour que chacun·e se sente à niveau. Pour prendre en soin, efficacement et durablement, comprendre les souffrances, les besoins mais aussi les opportunités et s'adapter à chaque situation, qu'il s'agisse d'un grand ou d'un petit bobo.

La plupart de celles et ceux qui en ont fait l'expérience nous diront ô combien entreprendre une démarche de partenariat s'avère aussi nécessaire que bénéfique, à de très nombreux titres. Parce que les savoirs et les vécus sont finalement l'affaire de tout un chacun. Et parce que cumulés, partagés, échangés, débattus, ils n'en deviennent que plus essentiels à la création d'une nouvelle relation, plus horizontale et plus efficiente, entre soignant·es et soigné·es.

Le dernier numéro du Journal La Source vous ouvre les portes des savoirs expérientiels, de leur définition à leur mise en application, tant sur le terrain que dans la formation, expliqués par celles et ceux qui ont choisi de les intégrer à leurs pratiques. En faisant le pari qu'à savoir donner, on finit toujours par apprendre.

Quand la douleur devient un savoir partagé

Par **David Trotta**, Rédacteur en chef du Journal La Source, Institut et Haute École de la Santé La Source

La place accordée à la parole des patient·es s'impose aujourd'hui comme une évidence. Une révolution dans le champ de la santé, qui intègre toujours plus les savoirs des malades, rebattant les cartes des savoirs devenus partagés.

Anne-Laure Lechat © La Source



Dimension clé pour mieux comprendre et accompagner les patient·es dans leur parcours de soins, les savoirs expérientiels s'articulent, dans un subtil mélange, avec les savoirs savants mais

aussi ceux issus du sens commun. Approche qui prend de plus en plus de place dans le champ de la santé, elle s'inscrit dans un contexte où les institutions de soins cherchent à aller au-delà de la simple réponse biomédicale pour embrasser des modèles humanistes, utiles autant aux personnes soignées qu'aux personnes soignantes. Maître d'enseignement à La Source et spécialiste de ces savoirs partagés et co-construits, Sabine Schär leur consacrait en 2022 une thèse sous le prisme de la douleur.

Comprendre les savoirs expérientiels

Pour définir les savoirs expérientiels, il faut commencer par décomposer les termes « savoir » et « expérience ». Avec d'une part le savoir qui renvoie à une forme de connaissance formalisée, académique et validée par des expert·es, l'expérience faisant quant à elle référence à ce que l'on vit personnellement, que l'on éprouve et que l'on intègre subjectivement. Comme la per-

ception de sa propre douleur. « Ces dimensions sont en apparence opposées, elles s'articulent en réalité pour donner naissance à un savoir à la fois personnel et partagé. Le passage de l'un à l'autre exige une reconnaissance collective et se rapporte à ce que certain·es auteurs qualifient de processus d'institutionnalisation », assure Sabine Schär.

Pour définir les savoirs expérientiels, il faut commencer par décomposer les termes « savoir » et « expérience ».

Et de préciser: « Un·e patient·e atteint·e d'une maladie chronique ne développe pas seulement des connaissances théoriques sur sa maladie. Il·elle acquiert, par sa propre expérience, une compréhension fine de ses symptômes et des effets de son traitement ». À mesure que l'expérience se voit partagée, par exemple dans des groupes de soutien, les patient·es contribuent à la construction d'un savoir collectif bénéfique à d'autres, y compris aux professionnel·les de la santé. « Cette reconnaissance collective permet ainsi de passer de l'« expérience » vers le « savoir expérientiel » ».

Un contre-courant aux modèles traditionnels

Les savoirs expérientiels ont fait leur chemin à mesure que les besoins de patient·es chroniques (diabète ou VIH, par exemple) ont conduit les soignant·es à s'intéresser de plus près à leur vécu. Le tournant a ainsi permis de redéfinir le rôle des patient·es, devenu·es partenaires et plus uniquement bénéficiaires passif·ves du savoir médical.

À mesure que l'expérience se voit partagée, par exemple dans des groupes de soutien, les patient·es contribuent à la construction d'un savoir collectif bénéfique à d'autres, y compris aux professionnel·les de la santé.

L'évolution vers des modèles biopsychosociaux dans les années septante prouve que l'approche purement biomédicale ne suffit plus pour comprendre et traiter la complexité des souffrances. Au-delà de cette interrelation entre aspects biologiques, psychologiques et sociaux, les savoirs expérientiels s'inscrivent dans des modèles de santé plus ouverts et systémiques en proposant une approche soucieuse de la personne et de ses interactions avec le monde qui l'entoure. D'ailleurs, le modèle EBP (evidence based practices) justifie la prise en compte de la perspective des personnes soignées et se révèle comme une révolution conceptuelle dans le champ de la santé.

Les savoirs expérientiels s'avèrent ainsi plus que nécessaires, notamment dans des domaines où le vécu subjectif est central, comme l'évaluation de la douleur, qui repose souvent sur des échelles où les patient·es la quantifient de 1 à 10. «Or, cette mesure ne tient pas compte des différences culturelles, émotionnelles et personnelles qui influencent la perception de la douleur», souligne Sabine Schär.

De la prise en charge à la prise en soin

Approche nouvelle dans la relation soignant·es-patient·es, les savoirs expérientiels exigent un regard plus attentif à l'individualité ainsi qu'à l'altérité. Prendre soin, plutôt que prendre en charge, c'est reconnaître le caractère unique de chaque patient·e, à travers l'écoute de leur histoire et le respect des vécus. Évaluer la douleur, c'est donc chercher à la comprendre en dépassant la mesure d'un ressenti. Mais pas seulement.

Centraux dans les prises en soins adaptées aux besoins d'aujourd'hui, les savoirs expérientiels sont désormais pleinement intégrés aux formations en santé, tant initiales que postgraduées. Permettant aux soignant·es d'acquérir dès le départ les outils nécessaires à une pratique globale et interdisciplinaire, en collaboration étroite et permanente avec les patient·es. «Sans oublier que les soignant·es sont parfois patient·es, certain·es vivant avec des pathologies chroniques. L'expérience, comme les savoirs, se trouvent ainsi chez l'un·e comme chez l'autre. Il est impératif de sortir d'une vision dichotomique, où les savoirs experts seraient réservés aux professionnel·les et ceux dits expérientiels aux malades», conclut Sabine Schär.



Pair praticienne en santé mentale : un rôle fondamental dans l'accompagnement et le rétablissement

Par **Tania Zambrano Ovalle**, Paire praticienne en santé mentale et chargée de cours, Institut et Haute École de la Santé La Source

Encore peu connu en Suisse et relativement nouveau, le rôle de pair praticien-ne prend une place toujours plus essentielle dans les structures de soins, la recherche et l'enseignement. Récit d'une expérience.

Un-e pair praticien-ne en santé mentale (PPSM) est un-e professionnel-le ayant traversé des difficultés psychiques, élaboré un processus de rétablissement et mettant son expérience au service des autres. Son périmètre d'activité inclut l'accompagnement de personnes en souffrance psychique, l'intégration de savoirs expérientiels auprès des équipes pluridisciplinaires dans le suivi des résident-es ou usager-es des institutions, ainsi que l'enseignement de cette approche auprès d'étudiant-es dans le domaine de la santé ou la recherche en lien avec la santé mentale.

La capacité à apporter un éclairage singulier sur la santé mentale, basé sur ses propres expériences de souffrance et de rétablissement, distingue les PPSM des autres professionnel-les. En ce sens, tout le monde possède des savoirs expérientiels, mais devenir un-e professionnel-le en santé mentale nécessite une formation et une pratique structurée. En 2019, j'ai suivi une formation certifiante de pair praticien-ne en santé mentale à la Haute école de travail social et de la santé Lausanne (HETSL), terminée en 2022. Ce diplôme représente une reconnaissance officielle de mon parcours, ainsi qu'une mise

en forme des outils nécessaires pour accompagner de manière professionnelle les personnes souffrant de troubles psychiques.

Les savoirs que j'apporte ne sont pas uniquement le fruit d'une théorie ou d'un concept : ils sont ancrés dans mon vécu et nourris par un parcours de vie marqué par la vulnérabilité, la précarité, l'addiction et la reconstruction. Ils m'ont permis d'entrer en relation avec les résident-es de l'établissement où je travaillais, notamment ceux qui vivent la précarité ou sont exclu-es des dispositifs habituels. Mes expériences me permettent de comprendre de manière plus intime leurs difficultés, de les aborder sans jugement et d'offrir un soutien en ayant pleinement conscience des étapes d'un processus de rétablissement. Tout en en créant un pont entre les équipes de professionnel-les et les personnes concernées, lorsque cela s'avère nécessaire.

Dans mon travail, j'utilise ces savoirs pour établir des liens authentiques avec les personnes concernées par la souffrance psychique. Tout n'est cependant pas nécessairement partagé : j'évalue ce qui est pertinent selon la situation, en restant attentive à ce qui peut vraiment aider



l'autre. Le vécu, aussi riche soit-il, doit être transmis de manière équilibrée et constructive pour laisser la place à l'autre, dans toute sa singularité.

L'intégration du rôle de pair praticienne dans les structures de soins permet un accompagnement où la dimension humaine va être prépondérante. J'observe auprès des résident·es un changement d'attitude, en cas d'accompagnement par une personne ayant traversé des épreuves similaires. Cette relation de confiance est un vecteur essentiel de motivation, car les patient·es parviennent à retrouver de l'espoir et donnent du sens à leur expérience de la maladie. Envisager leur propre rétablissement devient une possibilité réelle, au-delà des limites et difficultés et favorise l'élaboration d'un rapport de partenariat avec les soignant·es. La plus-value se mesure aussi auprès des équipes qu'intègrent les PPSM, leur rôle faisant écho aux compétences et outils des professionnel·les de la santé mentale sans lesquels le rétablissement n'est pas possible.

Au-delà de mon travail dans un établissement psycho-social, j'ai la chance d'enseigner auprès des futur·es infirmier·ères depuis avril 2024. Cette transmission des savoirs expérientiels est pour moi une occasion de valoriser le potentiel

En quelques mots

Après quinze ans passés en tant que réalisatrice et scénariste de films de fiction, où j'ai exploré les récits humains aussi à travers le cinéma, j'ai dû faire face à mon propre combat contre l'addiction. En 2015, j'ai entamé mon propre chemin de rétablissement. Ce parcours de reconstruction m'a menée à devenir pair praticienne en santé mentale en 2022, un rôle que j'ai exercé dans une institution psychosociale de 2021 à décembre 2023. J'occupe aussi la fonction d'assistante de recherche à La Source depuis janvier 2023.

Dans mon travail, j'accompagne des personnes en souffrance psychique dont l'espoir, comme le mien, est de traverser des vulnérabilités et de redonner sens à l'expérience de la maladie. Pour qu'elles ne s'avèrent pas un déficit, mais au contraire un levier vers le rétablissement et l'autonomie. C'est cette conviction que je partage chaque jour, que ce soit auprès des personnes que j'accompagne ou des professionnel·les de demain, qui jouent un rôle essentiel dans le processus de rétablissement.

de chaque futur·e professionnel·le à tisser un lien véritable avec les personnes qu'il ou elle accompagnera. Je suis convaincue que le rétablissement est rendu possible grâce à la qualité de la relation qui se noue entre soignant·es et patient·es. Ainsi, le modèle d'accompagnement qu'intègre le ou la PPSM est centré sur l'humain, un modèle où chacun·e a un rôle à jouer pour permettre à l'autre de retrouver sa dignité et de se relever de ses vulnérabilités, pour que celles-ci deviennent une force.

À l'École, ce rôle pourrait être encore optimisé en intégrant davantage de savoirs expérientiels dans les programmes de formation. Ce renouveau, déjà amorcé par La Source, est un levier important pour faire évoluer les perceptions et pratiques en santé mentale. Nous travaillons à ce que la vulnérabilité ne soit plus perçue comme un simple déficit, mais comme une force permettant la résilience et le développement d'un accompagnement plus inclusif et empathique. Le rôle de PPSM s'avère ainsi bien plus qu'une nouvelle fonction : il incarne une manière différente de penser le soin, où l'humain est au centre, avec ses fragilités mais aussi son immense capacité de résilience.