



INTERVENTIONS DE GROUPE RÉALISÉES AVEC DES EXPERTS DE VÉCU AU SEIN DU DISPOSITIF DE SOINS PSYCHOLOGIQUES DANS LA PREMIÈRE LIGNE

Chèr(e) expert(e) de vécu,
Chèr(e) psychologue, orthopédagogue clinicien(ne) conventionné(e),

Chacun traverse les difficultés à sa manière et développe ses propres stratégies pour y faire face. Le rétablissement peut passer par la découverte de nouvelles activités, une réorganisation des priorités ou une manière différente d'aborder sa vie.

Pour beaucoup de personnes, le rétablissement prend une dimension supplémentaire lorsqu'elles peuvent mettre leur expérience au service des autres. Au fil de ce processus, elles découvrent non seulement leurs vulnérabilités, mais aussi leur capacité de résilience. Partager ces prises de conscience avec d'autres crée du lien et peut offrir de l'espoir. En retour, le fait de soutenir autrui contribue souvent à renforcer son propre parcours de rétablissement.

Dans le cadre des soins psychologiques dans la première ligne, il est possible de proposer des interventions de groupe en collaboration avec un expert de vécu. Cette courte brochure d'information présente en quoi consiste l'expertise du vécu, la valeur ajoutée de cette collaboration et les modalités concrètes pour travailler ensemble.

Collaborer avec un expert de vécu dans des interventions de groupe offre une occasion unique de rendre les soins plus orientés vers le rétablissement, plus accessibles et plus humains.

Ce que recouvre l'expertise du vécu

L'expertise du vécu désigne les connaissances et les éclairages qu'une personne développe à partir de ses propres expériences de difficultés psychiques, médicales et/ou sociales. Elle renvoie également à la capacité de mobiliser cette expérience de manière pertinente pour soutenir et accompagner d'autres personnes.

Les experts de vécu sont de plus en plus sollicités dans les secteurs des soins, du bien-être et même dans l'élaboration des politiques publiques. Leur contribution permet de proposer des soins davantage ancrés dans une approche de rétablissement, plus inclusifs et véritablement centrés sur la personne.

De nombreux experts de vécu ont suivi une formation spécifique au cours de laquelle ils apprennent à :

- Analyser leurs propres expériences et à les mobiliser de manière professionnelle ;
- Préserver leurs limites personnelles et professionnelles ;
- Développer des compétences de communication adaptées ;
- Gérer les questions éthiques et déontologiques liées à leur rôle.



Qu'apporte l'expert du vécu ?

Les experts de vécu ont, en tant que co-prestataires, un rôle essentiel à jouer dans l'enrichissement du processus de groupe, notamment en :

- Instaurant un climat sécurisant et égalitaire ;
- Favorisant la reconnaissance mutuelle et le sentiment de lien ;
- Apportant de l'espoir et une perspective centrée sur le rétablissement ;
- Abaissant les barrières qui freinent le partage d'expériences ;
- Mettant des mots sur les émotions sans les réduire à une lecture clinique.

Ils traduisent les connaissances professionnelles dans le quotidien et les rendent accessibles grâce à des exemples concrets.

Même si leur contribution est précieuse, il est essentiel de rappeler que le/la psychologue ou l'orthopédagogue clinicien(ne) demeure responsable du cadre thérapeutique et du suivi clinique. Les experts de vécu occupent un rôle complémentaire, fondé sur le savoir issu de l'expérience.

Tous les experts de vécu ne doivent pas — et ne souhaitent pas nécessairement — assumer un rôle thérapeutique. Les personnes sans formation formelle peuvent elles aussi apporter une contribution significative, pour autant que leur expérience soit mobilisée avec prudence et de manière adaptée.

Pourquoi collaborer ?

La collaboration entre un prestataire de soins et un expert de vécu combine les connaissances professionnelles et les connaissances issues de l'expérience. Celles-ci se complètent et se renforcent mutuellement.

Une valeur ajoutée pour le groupe

- Installation plus rapide d'un climat de confiance ;
- Renforcement du sentiment de reconnaissance chez les participants ;
- Diminution de la stigmatisation et de la peur du jugement ;
- Meilleure accessibilité pour les personnes ayant vécu des expériences négatives dans les soins.

L'expert de vécu joue souvent un rôle de pont entre les participants et le prestataire de soins, tout en étant attentif aux dynamiques de groupe et en repérant les éventuels signes de surcharge.



Les conditions propices à une collaboration efficace

Facteurs de succès

- Des accords explicites sur les rôles et les responsabilités ;
- Un respect mutuel de l'expertise de chacun ;
- Une concertation régulière, assortie d'une évaluation partagée ;
- Une attention portée aux limites et à la capacité d'action de chaque intervenant.

Points d'attention

- Des attentes insuffisamment clarifiées ;
- Une responsabilisation excessive de l'expert de vécu ;
- Une préparation inadaptée ou incomplète ;
- Un défaut de communication entre les intervenants.

Soins psychologiques dans la première ligne

Cette convention INAMI permet d'offrir des soins psychologiques de première ligne pour les enfants, les jeunes et les adultes via les réseaux de santé mentale. Cette offre s'adresse aux personnes présentant des problèmes légers à modérés. Ce soutien est facilement accessible et vise à renforcer la résilience et l'autosoins. Si nécessaire, un traitement plus ciblé peut également être proposé.

Les soins sont dispensés par des psychologues et orthopédagogues clinicien(ne)s, affiliés à la convention au sein de leur réseau de santé mentale. En plus de l'accompagnement individuel, ils peuvent également organiser des séances de groupe.

L'offre de groupe est encadrée par deux prestataires : un(e) psychologue ou orthopédagogue clinicien(ne) ainsi qu'un(e) co-animatrice/eur. Ce second prestataire peut être un(e) expert(e) de vécu.

Comment collaborer concrètement ?

Les interventions de groupe peuvent être organisées dans le cadre de :

- Fonction 1 : interventions communautaires ;
- Fonction 2 : interventions de groupe à visée de soutien ;
- Fonction 3 : interventions de groupe à visée thérapeutique.

Dans le cadre de la convention, les interventions de groupe sont **systematiquement encadrées par deux prestataires**.



ETAPE 1 – Trouver un(e) collègue prestataire

Une collaboration peut être initiée via

- Le réseau de santé mentale,
- Des initiatives locales (telles que les Académies du Rétablissement),
- Des collaborations déjà en place.

Dans tous les cas, il est recommandé de prendre contact avec le coordinateur local.

ETAPE 2 – Définir des accords clairs

Il est essentiel de discuter à l'avance

- Des rôles et responsabilités de chacun ;
- De la répartition des tâches avant et pendant les séances ;
- Des attentes mutuelles ;
- De la méthode d'évaluation de la collaboration.

Des accords bien définis garantissent la sécurité et la qualité du travail commun.

ETAPE 3 – Elaborer une fiche de groupe

La fiche de groupe constitue un outil central pour

- Définir le public cible et les objectifs de l'intervention ;
- Planifier le nombre de séances et leur déroulement ;
- Etayer les méthodes utilisées.

Cette fiche est ensuite transmise au réseau pour validation et coordination.

ETAPE 4 – Gérer les démarches administratives

Pour les experts de vécu, il convient de

- Solliciter, si nécessaire, les autorisations requises (ONEM, médecin-conseil, etc.) ;
- Fournir un portfolio au réseau ;
- Signer une convention de coanimation ;
- Veiller à disposer d'une assurance en responsabilité civile professionnelle.

Il est à noter que en tant que co-prestataire, l'expert de vécu est également tenu au secret professionnel.

ETAPE 5 – Démarrer et évaluer

Il est important de prévoir des moments d'évaluation réguliers afin de s'assurer que

- Les objectifs sont atteints ;
- La collaboration se déroule de manière fluide et constructive ;
- Des ajustements sont nécessaires pour renforcer la qualité du travail.



Possibilités de rémunération

Pour chaque séance de groupe (d'une durée minimale de 90 minutes), l'INAMI prévoit une rémunération de **153,10 €** destinée au **second prestataire**. Cette rémunération est accordée par séance et comprend le temps de préparation.

Trois modalités de statut sont envisageables :

- Salarié : la rémunération est versée à l'organisation employant le second prestataire ; aucune somme supplémentaire n'est perçue en plus du salaire ;
- Indépendant : la rémunération est perçue directement et l'intervenant assume l'administration et l'assurance liées à son statut ;
- Volontaire au sein d'une organisation : la rémunération est versée à l'organisation, aucune rémunération de prestation n'est prévue, mais une indemnisation des frais peut être octroyée selon les plafonds en vigueur.

POUR DE PLUS AMPLES INFORMATIONS

Pour plus d'informations générales sur les soins psychologiques dans la première ligne destinées au public, consultez <https://parlonsen.be/>.

Des informations générales sur la convention PPL pour les prestataires sont disponibles [via ce lien](#).

[Un modèle de convention pour le deuxième prestataire](#) est accessible ici.

Les coordonnées du coordinateur local du réseau de santé mentale sont disponibles [via ce lien](#).

Une vidéo présentant les témoignages de deux binômes (psychologues de première ligne et experts du vécu) a également été réalisée, avec des sous-titres en français et en néerlandais. Vous pouvez la visionner [via ce lien](#).

Pour toute question ou incertitude concernant le contenu de cette brochure : psysoc@health.fgov.be

Version de juin 2026