



## Un tremplin vers la vie active pour les personnes vivant avec un trouble psychique



Créée en 2010, l'association Clubhouse France a pour objet l'insertion sociale et professionnelle des personnes vivant avec un trouble psychique (schizophrénie, bipolarité, dépression sévère, etc.).

Pour ce faire, l'association exerce trois missions :

1. **Rompre l'isolement** des personnes vivant avec un trouble psychique par la création et l'animation de clubhouses locaux.
2. **Insérer professionnellement** les personnes vivant avec un trouble psychique au moyen de parcours d'accompagnement vers l'emploi personnalisé et en partenariat avec les entreprises de proximité.
3. **Lutter contre la stigmatisation** des personnes vivant avec un trouble psychique en exerçant une activité de plaidoyer.

Le clubhouse est une passerelle entre l'hôpital et la vie active pour les personnes vivant avec un trouble psychique tel que la schizophrénie, la bipolarité et la dépression sévère.

Apparue aux États-Unis en 1948, la méthode Clubhouse vise à un rétablissement global (médical, social et professionnel) de la personne vivant avec un trouble psychique, et ce le plus durablement possible.

En France, 5 Clubhouse ont ouvert en 10 ans pour multiplier les opportunités d'accompagnement innovantes et qui permettent à des personnes vivant avec des troubles psychiques graves de retrouver un équilibre de vie satisfaisant, une autonomie, une place dans la société.

Les clubhouses sont des lieux d'activités et de sociabilisation où des personnes souffrant de troubles psychiques peuvent se rencontrer librement et participer ensemble à des activités d'insertion, dans un environnement non médicalisé et bienveillant. Ces lieux d'activités sont cogérés par les personnes bénéficiaires, appelées « membres », avec l'aide de bénévoles et d'une équipe salariée appelée « staff ». Les membres sont les premiers acteurs de leur insertion. Ils participent à toutes les tâches de

la vie du clubhouse : organisation des activités, préparation des repas, nettoyage des locaux, mais aussi accueil des visiteurs, comptabilité de l'établissement, communication interne, etc.

Outre l'accès à vie au clubhouse, les membres bénéficient d'un parcours d'accompagnement vers l'emploi personnalisé. Grâce aux partenariats noués entre l'association et des entreprises locales, ils ont accès à des offres d'emploi sur-mesure. En moyenne, un membre sur trois reprend une activité professionnelle après trois ans de présence au clubhouse. Une fois en poste, les membres qui le souhaitent continuent à être accompagnés.

En résumé ce qui caractérise la vie des clubhouses partout dans le monde :

- Un accompagnement sans limite dans le temps (les personnes sont membres à vie)
- Une large place donnée à l'entraide et au soutien par les pairs grâce à la reconnaissance du savoir expérientiel, des partages d'expérience, du soutien inconditionnel au sein du groupe
- Des liens forts avec le monde économique
- Un accompagnement global, non médicalisé qui vise la réinsertion sociale et professionnelle (en articulation avec les professionnels du soin et du médico-social)
- La cogestion : un lieu où chacun participe, est responsable de la vie du groupe et où les décisions sont prises collectivement
- Un lieu où l'on choisit : pour soi, pour le groupe, pour le clubhouse afin de soutenir l'empowerment des personnes et leur pouvoir décisionnel fragilisé par l'expérience des troubles.



## **L'importance du collectif pour faire face à ses troubles psychiques Combattre l'isolement pour faire avancer le rétablissement**

L'expérience du trouble psychique est celle d'une perte du sentiment d'appartenance à une communauté, à la société. D'où un vécu radical d'isolement, de stigmatisation et d'auto-stigmatisation. Il existe dès lors un enjeu collectif très fort dans le chemin du rétablissement.

*« Les personnes qui ont témoigné de leur expérience du rétablissement nous permettent d’y repérer plusieurs dimensions. La première, qui conditionne l’engagement dans ce processus est l’espoir d’un changement et d’une amélioration, c’est ensuite la capacité de prendre sa vie en charge, de retrouver un pouvoir d’agir (empowerment) et d’utiliser ses propres ressources, mais c’est aussi acquérir la possibilité de développer des liens sociaux, de faire partie de la société en y apportant sa pierre, en particulier en devenant un appui auprès d’autres patients pour les inciter à leur tour dans cette démarche de rétablissement.<sup>1</sup> »*

Les deux axes retenus dans les clubhouses comme vecteurs de sortie de l’isolement sont les suivants : l’entraide des pairs et l’inscription dans la vie de la cité.

Le partage avec les pairs, avec ceux qui vivent ou ont vécu le même type d’expérience, apparaît essentiel. Il permet de se reconnaître comme n’étant pas seul à vivre ce trouble, à ce qu’un regard compréhensif et sans jugement soit porté sur soi.

L’expérience des clubhouses en France nous a montré que l’entraide entre pairs permet une reconnaissance inconditionnelle du potentiel de la personne par un tiers qui vaut comme principe de réamorçage et de soutien de la confiance et de l’espoir, qui eux-mêmes conditionnent l’action.

A cet égard, il n’est pas anodin de noter qu’à l’origine du mouvement des Clubhouses, le groupe de soutien formé par les patients du Rockland Psychiatric Center de l’Etat de New-York en 1943 s’est baptisé « We Are Not Alone – WANA ».

Plus largement, Le rôle du collectif, au-delà des seuls pairs, est essentiel pour soutenir la démarche de rétablissement, de sortie de l’isolement et de la position d’exclusion de la société que la personne concernée par les troubles a pu éprouver. Un ré-ancrage progressif dans la vie sociale ordinaire (associative, professionnelle, affinitaire) apparaît ainsi une composante centrale du chemin de rétablissement.

Il apparaît ainsi indispensable de promouvoir des lieux de sociabilité et d’entraide, ouverts sur l’extérieur et la vie civile qui permettent aux personnes souffrant de troubles psychiques de créer des liens, de reprendre confiance dans leur capacité à décider pour elle-même et dans leurs compétences, et de se réassurer sur leur capacité à pouvoir vivre en société. L’objectif de l’accompagnement proposé dans un clubhouse est de permettre à la personne de passer d’une identité de malade ou de personne handicapée à une identité de citoyen.

Tous les clubhouses dans le monde répondent aux caractéristiques suivantes pour garantir leur mission :

- Liberté d’adhésion au collectif
- Cadre garantissant bienveillance, non jugement respect et dignité des personnes accueillies
- Non médicalisation afin de sortir du rôle de malade ou de patient et de son caractère stigmatisant
- Participation et initiative laissée aux personnes concernées dans l’organisation de leur collectif
- Lien avec l’environnement social, économique et culturel du territoire garantissant une ouverture sur le « milieu ordinaire »

---

<sup>1</sup> Bernard Durand, Concept de Pair-aidance professionnelle in Pair-aidance en santé mentale sous la direction de Nicolas Franck et Caroline Cellard – Elsevier Masson 2020

## Paroles de membres



« L'être humain se construit grâce et avec les autres. La rencontre, le partage, les projets communs stimulent et procurent du bien-être. Grâce à des échanges mutuels, on apprend des autres, et les autres apprennent de nous. Avoir une vie sociale permet d'aller mieux, de se stabiliser et de se rétablir. Comme un isolement total peut rendre "fou", le lien social permet de se sentir vivant. Ce rôle de briser la solitude des personnes concernées par un trouble psychique, le clubhouse le joue très bien ».

**Erkan**, membre du Clubhouse Bordeaux



« Quand on a une maladie psychique, on ne peut pas se rétablir seul. On a besoin des autres : des professionnels de santé : des psychologues, des médecins, des groupes de parole. On a besoin qu'on nous explique notre trouble. La parole, la pose du diagnostic, l'explication de ses conséquences sont des données essentielles dans le parcours de rétablissement.

Au Clubhouse, très rapidement, je me suis sentie à l'aise et j'y ai trouvé ma place. J'y ai trouvé des personnes souriantes, intéressantes. J'y ai découvert des personnalités et non des malades. L'organisation en cogestion permet aux membres de pouvoir participer à de nombreuses activités mais aussi de pouvoir en proposer. Je participe pleinement à faire vivre l'association par mon investissement.

Au Clubhouse, je me suis pleinement rendue compte, en faisant des tâches de cogestion, que je mobilisais des compétences transférables dans un cadre professionnel. Je me suis rendue compte que j'avais le sens de l'organisation, des responsabilités et un esprit d'initiative. Je me suis enfin sentie utile. »

**Ange**, membre du Clubhouse Paris



« Je trouve à Clubhouse la possibilité de rencontres nombreuses, avec des personnes connaissant les mêmes difficultés que moi mais aussi une équipe de staffs très joyeuse et dynamique, la possibilité de préparer les repas, de déjeuner, de dîner parfois. C'est également un lieu pour nous où l'on peut venir se reposer, travailler et être accueilli au sein duquel on ne vous laissera pas tomber. J'y rencontre toujours de nouvelles personnes et récemment lors de la construction d'un projet commun, j'ai repris confiance dans le groupe ».

**Bruno**, membre du Clubhouse Paris



« Membre du Clubhouse depuis 2 1/2 ans, je ne travaillais pas quand j'ai commencé mon parcours vers l'emploi. J'ai participé aux ateliers emploi où j'ai appris à aborder positivement en entretien les tabous tels que les symptômes, les diagnostics, les trous dans le CV.

Lors des accompagnements individuels avec mon staff référent, j'ai réfléchi aux différentes pistes, et aux aménagements de poste (notamment les horaires) dont j'avais besoin. Je ne souhaitais pas d'un emploi qui aurait pu me mettre en échec.

J'ai trouvé mon travail par le biais d'une connaissance. Je suis en poste comme développeur informatique. Travailler est pour moi extrêmement motivant, surtout sur des choses très concrètes avec des buts clairs. J'ai encore du mal avec les périodes de formation.

Je continue à venir au Clubhouse pendant mon jour de repos. C'est rassurant de savoir qu'il y a un endroit où je peux aller pour faire des choses concrètes, pour être entouré socialement et pour être accompagné. Depuis cette année, le Clubhouse organise des dîners pour l'emploi, et des membres qui travaillent comme moi, à partager avec la communauté du clubhouse leur expérience en entreprise. C'est un temps d'échange enrichissant et convivial, et pour certains membres qui n'ont pas encore franchi le cap, une motivation pour commencer à construire leur projet professionnel. »

**Mélix**, membre du Clubhouse Lyon

---