



## SUIS-JE PRÊT·E·S À DEVENIR TRAVAILLEUR·EUSE PAIR·E ?

Devenir travailleur·euse pair·e peut être source de nombreux apports personnels et être vecteur d'un épanouissement personnel important. Mais il peut aussi vous mettre en difficulté ou vous confronter à des situations de mal-être au travail. Certaines prédispositions personnelles sont nécessaires à l'exercice de ce métier, et d'autres, accompagnées de compétences, savoir-faire et savoir-être s'avèrent être très utiles dans la pratique de ce métier.

Nous avons conçu ce guide pour vous aider à déterminer à quel point vous êtes prêt·e·s pour l'exercice de ce métier. Plus vous possédez déjà les caractéristiques suivantes, plus vous êtes à même de l'exercer. Il vous manque des caractéristiques? Pas de panique, la plupart peuvent se développer et s'acquérir au cours de la pratique. Mais ce guide vous permettra de les garder en tête et de choisir l'équipe, la structure, les conditions de travail qui vous permettront de les développer.

**Prêt·e à vous tester?**

### Les indispensables

#### Concernant mon parcours personnel

- J'ai pris suffisamment de recul sur mon parcours et je suis capable de l'analyser
- Je peux en parler facilement et librement, sans que cela ne me gêne, ne me blesse, ou ne me rende malheureux·se
- Je peux entendre des témoignages de personnes qui vivent des situations similaires à celles que j'ai vécues sans que cela ne me fasse trop de mal. Je le supporte.

#### Mes capacités d'écoute

- Je sais écouter les personnes, sans les juger
- Je sais partager mon expérience avec les gens, sans leur dire ce qu'il faut faire



## SUIS-JE PRÊT·E·S À DEVENIR TRAVAILLEUR·EUSE PAIR·E ?

### Les « plus »

- Je pense qu'il est important que les projets d'insertion des personnes collent au mieux à leurs besoins, envies, désirs
- Je suis convaincu·e que le travail pair est une aide supplémentaire pour les personnes accompagnées
- Je sais m'adapter à différentes situations
- Je suis quelqu'un de sociable et vais facilement vers les gens
- Je sais reconnaître quand je n'ai pas le moral, quand je ne vais pas bien
- Je sais quoi faire quand je n'ai pas le moral, quand je ne vais pas bien, pour aller mieux
- J'ai identifié des outils qui ont été utiles à mon rétablissement (que j'ai créé, ou qui ont été créé par des partenaires, ou d'autres acteur·ice·s)

### Les questions que je dois me poser avant de me lancer

- Quelles sont mes motivations?
- Quels sont les profils ou les situations que je ne veux absolument pas rencontrer, qui me feraient du mal?
- Est-ce que je suis capable d'accepter que tout le monde n'évolue pas de la même façon que moi?
- Est-ce que j'arriverai à accepter que des personnes ne se saisissent pas de toutes les opportunités qu'on leur offre?

Est-ce que je me vois :

- Travailler avec des travailleur·euse·s sociaux·ales?
- Travailler en équipe?
- Parler de mon parcours?
- Ecouter les problèmes, soucis et expériences des personnes accompagnées?