

INSTITUT UNIVERSITAIRE JEUNES EN DIFFICULTÉ

BULLE D'INFO

Numéro 38
Novembre 2026

Ces bulletins d'information ont pour but d'apporter un éclairage sur certaines situations ou problématiques qui touchent la jeunesse en difficulté.

L'institut universitaire Jeunes en difficulté regroupe un ensemble de chercheurs et de professionnels qui contribuent au développement de connaissances et de pratiques sur la jeunesse en difficulté du Québec. Ses travaux portent sur les questions de maltraitance, de troubles de comportement, de délinquance, d'intégration sociale, ainsi que sur les pratiques professionnelles des acteurs qui oeuvrent auprès des jeunes et des familles en difficulté.

Rédaction

René-André Brisebois, M.Sc. Criminologie

En collaboration avec

Chantal Fredette, Ph.D., Criminologie

La pair-aidance et le désistement criminel

Et si l'expérience de ceux qui ont réussi à changer de trajectoire pouvait aider d'autres personnes à en faire autant? En délinquance, la pair-aidance mise sur la force du vécu pour susciter l'espoir, soutenir le changement et favoriser le désistement criminel.

La pair-aidance réfère au soutien offert à une personne qui vit une difficulté par une autre personne qui partage ou a déjà partagé cette réalité. Elle repose avant tout sur un savoir acquis par l'expérience développé en dehors du cadre usuel de l'enseignement académique traditionnel.

C'est au début du 20e siècle que prolifèrent les initiatives de pair-aidance grâce à l'implantation aux États-Unis du groupe de soutien le plus réputé et le mieux établi au monde, soit celui des Alcooliques Anonymes (Cyr et al., 2016). Longtemps l'apanage de la santé mentale et des traitements en dépendance, les programmes d'intervention par les pairs s'étendent depuis à bien d'autres domaines, comme l'itinérance et la délinquance (Creaney, 2020 ; Lopez-Humphreys et Teater, 2018 ; Nixon, 2020). Qu'ils soient déployés dans une perspective d'éducation, de promotion, de prévention ou de traitement, ils misent tous sur les effets bénéfiques de la mise en relation des personnes qui partagent des expériences semblables, mais qui se situent à des moments différents de leur trajectoire de vie (Halsey et Mizzi, 2023).

La pair-aidance s'appuie sur des personnes capables d'utiliser leur vécu pour offrir du soutien à des pairs qui vivent une expérience de vie semblable à la leur.

Bien qu'il soit l'objet de débats, tant dans les milieux académiques, professionnels que politiques, le recours aux pairs dans le système de justice pénale est une pratique de plus en plus expérimentée (Lenkens et al., 2023). Dans certaines régions du monde, comme au Royaume-Uni, la pair-aidance auprès de personnes contrevenantes s'avère une pratique courante, activement soutenue par le milieu universitaire (Buck, 2020).

02

La pair-aidance : la force du savoir expérientiel

Les bénéfices de la pair-aidance tirent leurs sources des théories de la comparaison sociale et de l'apprentissage social (Lagueux, 2011). La première postule que l'être humain recherche naturellement le contact de gens aux prises avec des problèmes similaires aux siens afin de normaliser sa propre expérience. La seconde suggère que les changements de comportement sont plus susceptibles de se produire lorsqu'une personne confrontée à un problème interagit avec une autre ayant traversé une épreuve similaire.

Les stratégies d'intervention par les pairs se distinguent de celles des services traditionnellement offerts par les organismes publics, dans la mesure où elles se basent avant tout sur l'expérience personnelle - un savoir expérientiel - plutôt que sur une expertise professionnelle – un savoir académique. Par leur vécu, les pairs incarnent des modèles crédibles qui valident les expériences, suscitent l'espoir du changement et partagent des stratégies concrètes d'adaptation (Lenkens et al., 2023).



La pair-aidance prend plusieurs formes qui s'inscrivent le long d'un spectre s'échelonnant du soutien informel basé sur l'amitié au soutien formel fondé sur une offre de services d'accompagnement. Cette dernière se décline elle-même de multiples façons (p. ex. : comités d'usagers, groupes de soutien, mentorat) (Cyr et al., 2016). Dans la pratique, les frontières entre les modalités formelles de soutien sont cependant poreuses. Les pairs peuvent assumer plusieurs rôles simultanément ou voir leur fonction évoluer au fil de la relation d'intervention (Lenkens et al., 2023).

La pair-aidance repose sur la prémisse qu'une personne qui a su se rétablir est en mesure de soutenir et d'insuffler de l'espoir à une autre confrontée aux mêmes enjeux.

Cela dit, quelle que soit la forme qu'elle revêt, la pair-aidance se fonde sur un système de partage basé sur le respect, l'égalité, la réciprocité et la coresponsabilité sur ce qui est utile ou non au changement (Cyr et al., 2016 ; Lenkens et al., 2023). Enracinée dans les principes d'autodétermination et d'autonomisation, elle reconnaît que chaque personne possède la connaissance de ce qui est le mieux pour elle-même ainsi que le désir de cheminer vers une vie meilleure. Les pairs se positionnent comme des modèles de changement afin de soutenir le pouvoir d'agir des personnes accompagnées, expertes de leur propre vie. Ce sentiment d'agentivité est significativement corrélé au désistement criminel (Buck, 2020).

© Institut universitaire Jeunes en difficulté, Santé Québec Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal - Universitaire

L'influence des pairs n'est pas qu'un risque, c'est aussi un atout !

Sous l'angle la sécurité publique, l'influence des pairs est avant tout considérée comme un risque. À l'inverse, du point de vue de la santé publique, elle est plutôt perçue comme un levier de changement (Bellot, Rivard et Greissler, 2010). Dès lors, la pertinence de recourir à la pair-aidance en délinquance repose sur l'idée que, si la conduite criminelle est influencée par l'entourage immédiat d'une personne, son abandon peut emprunter les mêmes canaux de communication sociale (Smart, 2019).

À partir de leur savoir expérientiel, les pairs ont comme principale fonction de susciter, chez les personnes contrevenantes, l'espoir d'un avenir meilleur, de soutenir leur processus de changement et de les encourager à reprendre le pouvoir sur leur vie. Pour ce faire, ils écoutent, informent, conseillent, évaluent les besoins, réfèrent et accompagnent (Burk, 2021 ; South, Bagnall et Woodall, 2017).

Bien que ses effets directs sur les taux de récidive restent à démontrer, la pair-aidance s'avère une approche prometteuse pour promouvoir et soutenir le désistement criminel (Lenkens et al., 2023 Smart, 2019). Des données de plus en plus solides suggèrent que le soutien des pairs, en complément des interventions communautaires et institutionnelles plus traditionnelles, influence positivement les facteurs subjectifs qui contribuent à l'abandon de la criminalité, dont l'estime de soi, l'espoir, l'optimisme, la motivation et la redéfinition de son identité (Brierley et al., 2025).



Le co-désistement criminel

Le co-désistement peut être défini comme un mouvement collectif vers la cessation de la délinquance initié par des personnes reconnues pour avoir commis ou non des délits ensemble (Halsey et Mizzi, 2023).

Ce concept repose sur l'idée que le désistement criminel est un processus d'abord endogène, c'est-à-dire stimulé et soutenu par les pairs plutôt qu'un processus purement exogène, c'est-à-dire déclenché par des sources extérieures (p. ex. : parents, intervenant.e.s). Le paradigme du co-désistement renverse ainsi les présomptions traditionnellement associées aux risques de la contagion criminelle entre pairs. À l'inverse, il justifie l'utilisation des liens de solidarité et de loyauté que les personnes entretiennent entre elles pour susciter et consolider leur désir de changer de mode de vie (Halsey et Mizzi, 2023).

En partageant leurs stratégies d'adaptation qui facilitent leur parcours de désistement, les pairs constituent des modèles et, de ce fait, de puissants moteurs de changement (Lopez-Humphreys et Teater, 2018 ; South, Bagnall et Woodall, 2017). De plus, ces personnes aidantes favorisent la mise en relation des gens qu'elles accompagnent avec les ressources de la communauté qui ont servi leur propre réintégration sociocommunautaire (Halsey et Mizzi, 2023 ; Nixon, 2020).

Le pari de la pair-aidance en délinquance est simple : si les pairs influencent l'adoption des conduites criminelles, les personnes qui ont choisi de ne plus le faire sont tout aussi capables d'inspirer et de soutenir le changement.

04

La pair-aidance en délinquance : les bénéfices et les défis

Les programmes d'intervention par les pairs favoriseraient non seulement la réintégration sociocommunautaire des personnes qui en bénéficient, mais il réduirait aussi le recours aux services, plus couteux, de l'État (Bagnall et coll., 2015). À défaut toutefois de conclure sur l'efficience réelle des programmes d'intervention par les pairs, la littérature évoque leurs retombées bénéfiques non seulement pour les personnes accompagnées, mais aussi pour celles qui offrent leur aide et les communautés. En contrepartie, elle souligne les défis de taille auxquels se heurte leur déploiement, particulièrement au sein du système de justice pénale.

Pour les personnes accompagnées…

Le recours à la pair-aidance offre plusieurs avantages. Elle constitue notamment un important facteur de protection en brisant l'isolement, en facilitant les demandes d'aide et en favorisant l'accessibilité aux services. À partir de leur vécu, les pairs s'avèrent des sources d'inspiration capables de susciter le désir de changement, d'accroître la confiance et l'estime de soi des personnes accompagnées, de soutenir leur pouvoir d'agir ainsi que leur autodétermination, et de faciliter l'accès à des services jugés autrement inaccessibles (Buck, 2020 ; Smart, 2019).

Le potentiel transformateur des pairs est sans contredit le bénéfice le plus souligné dans la littérature. En agissant comme des modèles positifs de changement, les pairs peuvent déclencher chez les personnes accompagnées l'amorce d'une reconstruction identitaire (Lopez-Humphreys et Teater, 2018 ; Nixon, 2020). De plus, les valeurs fondamentales de la pair-aidance, comme l'appropriation du pouvoir et l'espoir, amènent les personnes accompagnées à croire en leurs propres capacités d'acquérir les compétences nécessaires pour reprendre leur vie en main (Hawkins et coll., 2020).

En revanche, les pairs peuvent involontairement freiner l'autonomie des personnes accompagnées. Ce risque se manifeste particulièrement lorsque les pairs, généralement de bonne foi, effectuent des démarches à leur place plutôt qu'avec elles, comme le prescrit l'approche de pair-aidance (Wong et Horan, 2021). Cela peut engendrer une forme de dépendance : les personnes accompagnées en arrivent à accorder une telle confiance aux pairs pour résoudre leurs problèmes qu'elles les considèrent comme plus compétentes qu'elles pour y arriver, ce qui entrave le développement de leur capacité d'agir.

Cela dit, les effets iatrogènes (c.-à-d., les effets non-attendus d'une intervention sur la personne qui en bénéficie) demeurent les préoccupations les plus importantes rattachées au recours à la pair-aidance. Les risques de voir augmenter les comportements que l'on cherche précisément à réduire sont, en effet, fréquemment mis de l'avant pour inciter à la prudence (Buck et coll., 2023 ; Creaney, 2020). Par exemple, les pairs peuvent involontairement ou subtilement renforcer les attitudes délinquantes des personnes accompagnées en tolérant certaines situations (p. ex. : défiance de l'autorité, usage du mensonge, valorisation du mode de vie criminel, infractions à certaines règles) (South, Bagnall et Woodall, 2017).



Pour les personnes aidantes...

La pair-aidance offre un emploi à des personnes qui ont autrement du mal à obtenir en raison de leur histoire de vie. Du même coup, elle leur fournit une occasion de contribuer à la société et de redonner à leur communauté (Nixon, 2020 ; Smart, 2019).

Par ailleurs, l'approche de pair-aidance incarne la conviction qu'il est possible de changer. En reconnaissant leur crédibilité et leurs compétences fondées sur leur savoir expérientiel, les programmes d'intervention par les pairs favorisent l'acquisition de nouvelles habiletés chez ces derniers, ce qui ne peut qu'influencer positivement leur propre processus de maintien du changement (South, Bagnall et Woodall, 2017).

En contrepartie, l'incompréhension du rôle des pairs et la difficulté à reconnaitre la valeur de leur savoir expérientiel constituent les obstacles les plus souvent cités auxquels se heurte l'implantation des programmes de pair-aidance (Buck et coll., 2023 ; South, Bagnall et Woodall, 2017). À cela s'ajoute la stigmatisation et les préjugés qui alimentent la méfiance des milieux d'intervention du système de justice pénale quant aux réelles motivations des pairs qui souhaitent aider. Lorsque leur rôle n'est pas pleinement validé, cela peut provoquer leur désengagement ou restreindre leurs actions auprès des personnes qui bénéficient de leur accompagnement (Nixon, 2020).

Enfin, la traumatisation vicariante figure parmi les conséquences sur le plan personnel les plus préoccupantes (Buck, 2020). Certains pairs ont possiblement vécu des situations traumatiques semblables à celles des personnes qu'ils soutiennent, ce qui peut raviver leurs propres traumas et affecter leur qualité de vie (Smart, 2019).

Pour les milieux d'intervention...

L'intervention par les pairs se déploie généralement en contexte communautaire par une approche de proximité (Buck, 2020). Cet ancrage local permet aux personnes aidantes de répondre plus rapidement aux besoins des gens qu'elles accompagnent et de leur communauté, contrairement aux organismes de l'État qui opèrent souvent à distance et qui exigent plusieurs niveaux d'approbation avant d'agir (Smart, 2019).

Qui plus est, les interventions du système de justice pénale, en raison du contexte souvent punitif et coercitif dans le cadre desquels elles s'exercent, comportent de nombreuses limites qui peuvent être franchies grâce aux pairs. Recevoir un accompagnement, face auquel sont souvent réfractaires les personnes contrevenantes lorsqu'il est proposé par les services traditionnels de l'État, est sans doute le principal bénéfice du recours aux pairs dans le système de justice pénale (Sells et coll., 2020). En proposant un soutien perçu comme non contraignant, les pairs peuvent susciter une amorce de réflexion sur le mode de vie criminel - une condition préalable au changement – qui s'inscrit en droite ligne avec la mission des services correctionnels et de ceux dédiés aux jeunes contrevenants.

De surcroit, les pairs incarnent la preuve tangible que le désistement criminel est possible, ou à tout le moins accessible (Buck, 2020). En raison de leur parcours de vie, ces personnes jouissent souvent d'une plus grande crédibilité que le personnel des institutions du système de justice pénale. En plus d'offrir une vision plus réaliste du désistement (Lenkens et coll., 2023), le recours aux pairs favorise des contacts plus fréquents avec les personnes contrevenantes, contrairement à ceux souvent brefs et épisodiques offerts par les institutions. Cette proximité relationnelle dresse certainement une barrière supplémentaire contre la récidive (Buck, 2020).

En revanche, le recours aux services de personnes ayant un passé criminel suscite de fortes résistances, car elles font l'objet de perceptions essentiellement axées sur les risques qu'elles représentent pour la clientèle, le personnel et la réputation des milieux d'intervention (Creaney, 2020 ; Smart, 2019 ; South, Bagnall et Woodall, 2017). Cela est particulièrement juste au sein des organisations du système de justice pénale et des organismes qui collaborent avec elles.

Le recours à la pair-aidance en délinquance soulève également des préoccupations quant à la responsabilité légale en matière de sécurité dont est tributaire le personnel et les autorités du système de justice pénale (Daigle et al., 2007). À cela s'ajoute la nécessité d'assouplir ou d'ajuster certaines dispositions d'encadrement des personnes contrevenantes. Le recours aux pairs qui ont eux-mêmes des antécédents criminels et judiciaires se heurtent nécessairement à des contraintes légales ou administratives (p. ex. : interdictions de fréquentations émises par les tribunaux, déplacements à l'intérieur des institutions carcérales).

Puis, le financement et la gouvernance des programmes d'intervention par les pairs représentent des défis importants pour les milieux désireux de les implanter (Cyr et coll., 2016). La clé de leur réussite, qu'ils soient autonomes ou intégrés aux services de l'État, est de demeurer fidèle aux valeurs fondamentales de l'approche, tout en bénéficiant d'une viabilité financière. Or, l'accès au financement durable demeure complexe et, lorsqu'il est accordé, les bailleurs de fonds exigent souvent la même reddition de comptes que celle imposée aux services traditionnels (Cyr et coll., 2016).

La pair-aidance : un levier précieux pour l'évolution des pratiques en délinquance

Les bienfaits de la pair-aidance sur les personnes et les milieux d'intervention méritent qu'on s'y investisse pleinement. Les pairs peuvent s'avérer de puissants catalyseurs de changement dont les bénéfices subjectifs ne sauraient être sous-estimés. Les pairs peuvent épauler les réseaux de services traditionnels pour mieux appréhender les défis auxquels sont confrontées les personnes contrevenantes et, ainsi, orienter leurs pratiques pour mieux soutenir leur processus de désistement criminel.

La pair-aidance exerce également un impact plus large sur les communautés d'où sont issues les personnes contrevenantes. Les liens souvent permanents qu'elles tissent avec les pairs qui les accompagnent, et qui résident aussi dans les mêmes communautés, enrichissent leur capital social (Farrall, 2011). Du même coup, cela accroit les possibilités de mobiliser toutes les ressources nécessaires à une réintégration sociocommunautaire pérenne. Les bénéfices de l'approche ne sont pas unidirectionnels : ils touchent non seulement les personnes engagées dans la démarche, mais rejaillissent aussi sur leurs proches et les communautés.

Au Québec, les initiatives de pair-aidance en délinquance demeurent marginales, sans doute en raison des multiples défis d'implantation qu'elles représentent pour les organismes désireux d'y avoir recours. Cela dit, un projet montréalais promoteur mérite une attention toute particulière. Unique en son genre, le projet SPIRALE,* initié par l'Institut universitaire Jeunes en difficulté et porté par l'organisme PACT de rue, mise sur la force de l'intervention par les pairs afin de rompre les cycles de violences armées, de réduire les risques immédiats associés à l'engagement dans un mode de vie criminel et de soutenir le processus de changement chez les personnes désireuses de s'en désister.

* https://www.pactderue.org/projects-6-4

Qu'avez-vous pensé de ce document?

Soutenu financièrement par la Fondation québécoise pour les jeunes contrevenants et la Ville de Montréal, SPIRALE mise sur la formation et la mobilisation des mentors (ou pairs-aidant.e.s) en mesure de mettre à profit leur expérience, tant sur le plan de leur passé criminel que des interventions menées à leur endroit, afin d'offrir aux personnes accompagnées des repères crédibles. Les personnes choisies à ce titre doivent avoir un recul significatif, tant sur le plan émotionnel que temporel, face à leurs expériences passées. Ce détachement est essentiel pour éviter de renforcer, consciemment ou inconsciemment, l'engagement des personnes accompagnées dans une trajectoire criminelle. En ce sens, elles doivent également être capables de faire abstraction de leur propre parcours : celui-ci doit servir à susciter la réflexion chez l'autre et non pas à glorifier un passé délinquant.

La force du savoir expérientiel, aussi puissante soit-elle pour susciter l'espoir et la motivation à changer, ne serait suffire à elle seule comme le démontrent les défis soulevés dans la littérature. La pair-aidance exige de la rigueur, de la formation et de l'encadrement. Elle ne constitue pas non plus une intervention substitutive à celles menées par le personnel des organisations du système de justice pénale dûment qualifié sur le plan académique. La pair-aidance est cependant un levier précieux dont on aurait tort de se priver pour rejoindre un maximum de personnes contrevenantes afin de soutenir leur processus de désistement criminel. C'est le pari que fait SPIRALE. Et qui, souhaitons-le, saura convaincre les milieux d'intervention en délinquance d'ajouter la corde de la pair-aidance à leur arc.

Pour consulter les références mentionnées dans ce texte

Santé Québec

UJD