

---

# À portée de main

## Thème 6 - **Approche par les forces** Guide accompagnateur de la capsule vidéo



### Pour qui?

Ce guide est pour toute personne intéressée par le thème de l'approche par les forces et qui souhaite entamer une réflexion sur le sujet.

### Pourquoi?

Ce guide est un outil de pratique réflexive pouvant être utilisé dans le cadre d'une réflexion personnelle ou d'une activité de supervision clinique.

Suite au visionnement de la capsule vidéo, il sert à ouvrir la discussion et susciter la réflexion sur l'approche par les forces et sur les éléments clés qui y contribuent. Il sert également à soutenir une réflexion sur le type d'intervention permettant de mieux soutenir le rétablissement de toute personne.

### Étape préalable à la discussion

Nous vous invitons à visionner la capsule vidéo « L'histoire de Charles... » :

<https://youtu.be/8oGrLiXX8>

Plusieurs autres capsules vidéo sont disponibles : Description de l'approche; Son efficacité selon les études; Principes clés; etc.

Elles se trouvent dans la bibliothèque virtuelle, dans le dossier Approche par les forces.

<https://cerrisweb.com/bibliotheque-virtuelle/dossiers-thematiques/approche-par-les-forces/>



## Questions pour guider la réflexion et les discussions

Les questions qui suivent servent à nourrir la réflexion et orienter les discussions sur l'approche par les forces. Les questions rendent compte des étapes/principes et d'éléments-clés essentiels d'une pratique basée sur les données probantes.

Cette liste de questions n'est pas exhaustive, mais sert de point de départ aux échanges.

- Quelle est votre compréhension de l'approche par les forces? Quelles sont ses particularités? Faites des liens avec les capsules vidéo et l'histoire de Charles.
- Comment pensez-vous que l'approche par les forces peut s'intégrer dans une pratique en santé mentale? Quels éléments favorisent ou font obstacles à l'utilisation de l'approche par les forces?
- Quels sont les principes-clés de l'approche par les forces? En voici quelques-uns ci-dessous, pouvez-vous en nommer d'autres?
  - L'emphase est mise sur les forces et non les déficits
  - La communauté/l'environnement autour de la personne est une oasis de ressources
  - La personne est maîtresse de son propre processus de rétablissement
  - La capacité d'agir et le choix face à sa vie sont au centre de l'approche
  - L'identification d'un projet de vie et la prise de risque sont des éléments importants souvent déclencheurs d'un processus de rétablissement.
- Comment considérez-vous les forces et les ressources d'une personne dans l'intervention auprès d'elle? Comment pourriez-vous le faire davantage? Amenez-vous les personnes à se raconter, à raconter leur histoire?
- Croyez-vous que chaque personne ait la possibilité d'identifier un projet de vie et de transformer sa vie, peu importe la gravité de son trouble mental? Pourquoi?
- Comment pouvez-vous soutenir les personnes à faire des choix et à reprendre un pouvoir d'agir sur leur vie? Quels éléments favorisent ce pouvoir d'agir, et quels éléments sont des obstacles?
- Pensez-vous que toute personne peut prendre certains risques dans sa vie (ex : retour aux études, à l'emploi, etc.), peu importe son diagnostic et la sévérité de ses symptômes? Vous sentez-vous à l'aise de soutenir les personnes dans leurs prises de risque? Comment peut-on aider les personnes dans cette prise de risque (ou l'identification d'un projet de vie)?



## Pour aller plus loin dans votre réflexion...

- Quelles actions concrètes allez-vous poser pour intégrer l'approche par les forces à votre pratique quotidienne?
- Qu'est-ce qui pourrait vous aider à vous sentir plus à l'aise avec l'approche par les forces?
- Comment faire en sorte que les interventions et services offerts dans votre organisation intègrent l'approche par les forces dans leurs façons de procéder? Comment pouvez-vous être un porteur de cette approche auprès de vos collègues ou votre organisation?

## Extraits du dossier web l'approche par les forces

« L'approche par les forces est à la fois une philosophie de pratique et un ensemble d'outils et de méthodes. Elle est conçue pour favoriser le rétablissement de la personne en adoptant une approche de prestation de services orientée vers ses buts. »

(Kukui, Goscha, Rapp, Mabry, Liddy et Marty, 2012).

## L'approche par les forces, c'est...

Le modèle des forces se base sur 6 principes clés issus de l'École de bien-être social de l'Université du Kansas qui ont entre autres pour but d'aider les personnes à découvrir les éléments importants et significatifs qu'ils souhaitent accomplir dans leur vie :

- L'accent est mis sur les forces de la personne et non sur les difficultés et la pathologie.
- La communauté est vue comme une oasis de ressources pour la personne.
- La personne est maître d'œuvre du processus d'aide. Elle est en charge de la direction que prendront les services.
- La relation entre la personne et son intervenant-pivot est primordiale, essentielle et s'articule autour de la confiance et de la reprise de pouvoir par la personne.
- L'intervention prend place dans la communauté.
- Toute personne peut se rétablir et a la capacité de transformer sa vie.

(Rapp, 2004)



## Les services intégrant l'approche par les forces permettent de...

- Aider la personne à faire ses propres choix, établir ses priorités et préciser ses objectifs personnels.
- Encourager l'autogestion des problèmes de santé mentale, ainsi que les décisions et stratégies identifiées par la personne elle-même.
- Mettre l'emphase et orienter les interventions sur les forces et les ressources existantes de la personne.
- Valoriser des solutions hors du milieu de la santé mentale et dans le réseau naturel de la personne.
- Prioriser l'amélioration des conditions de vie par le retour au travail et aux études, ainsi que l'accès à un logement autonome.

Inspiré de Sherpherd et al. (2008, 2010, 2014)

**Lien vers la bibliothèque virtuelle :** [www.cerrisweb.com](http://www.cerrisweb.com)

**Pour en savoir plus sur les meilleures pratiques, consultez le dossier Approche par les forces :**

<https://cerrisweb.com/bibliotheque-virtuelle/dossiers-thematiques/approche-par-les-forces/>

De plus, vous pouvez consulter les dossiers Rétablissement et Services soutenant le rétablissement, qui sont tout aussi pertinents :

<https://cerrisweb.com/bibliotheque-virtuelle/dossiers-thematiques/retablissement/>

<https://cerrisweb.com/bibliotheque-virtuelle/dossiers-thematiques/services-retablissement/>