

Utilisation des Pratiques Soutenant le Rétablissement – version courte validée Intervenants travaillant auprès des proches aidants

Cet outil vise à accompagner les intervenants, gestionnaires et décideurs du système de santé mentale québécois dans leur réflexion concernant la mise en place de pratiques favorisant le rétablissement. Il vise spécifiquement à dresser un portrait des niveaux d'importance, de compétence et d'utilisation d'une série de pratiques, afin de mieux accompagner les équipes dans l'amélioration de leurs pratiques. Il comporte 27 items répartis en quatre domaines de pratiques.

Cette version courte validée comporte 15 items. Il s'agit d'une version validée par une analyse factorielle exploratoire, qui a permis de réduire le nombre d'items et de les regrouper en trois dimensions.

Veillez noter que cet outil est également disponible dans une version générale, destinée à tous les intervenants en santé mentale.

Pour l'utiliser ou obtenir des informations, veuillez communiquer par courriel avec Catherine Briand à l'adresse suivante : catherine.briand@uqtr.ca

Citation recommandée :

Briand, C. (2024). *Utilisation des pratiques soutenant le rétablissement – Intervenants travaillant auprès des proches aidants* (version courte validée). Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal, Montréal, Québec.

Pour chacun des énoncés, veuillez indiquer sur une échelle de 1 à 4 :

- **le niveau d'importance** que vous accordez à la compétence ou à la pratique professionnelle décrite
1. Pas important 2. Peu important 3. Plutôt important 4. Très important
- **le niveau de compétence** que vous vous reconnaissez pour chacune de ces compétences et pratiques
1. Aucune compétence 2. Limitée 3. Plutôt bonne 4. Excellente
- **le niveau d'utilisation** que vous faites de chacune de ces compétences ou pratiques
1. Jamais 2. Rarement 3. Souvent 4. Toujours

1. Rétablissement personnel et autodétermination (7 items)

- Utiliser une approche soutenant le rétablissement personnel
- Faire un effort supplémentaire pour établir une relation bienveillante, libre de jugement, égalitaire, de collaboration et de partage des pouvoirs
- Encourager auprès du proche aidant la prise de risque (raisonnable) et l'apprentissage par essais et erreurs de la personne vivant avec un trouble mental (plutôt que la seule stabilisation de la situation)
- Prioriser des principes d'autosoins/autogestion dans le processus de soutien et d'intervention
- Évaluer et considérer les forces, les buts/projets, les ressources du proche aidant, de son réseau naturel et de la communauté dans le plan d'action
- Promouvoir auprès le proche aidant l'importance de faire ses propres choix, d'établir ses priorités et de préciser ses objectifs personnels
- Utiliser des approches spécialisées (approche motivationnelle, pleine conscience, résolution de problèmes, approches cognitives comportementales, etc.) au moment opportun et à durée limitée

2. Plan de rétablissement et projet de vie (4 items)

- Informer et impliquer la personne vivant avec un trouble mental dans le plan d'action établi avec le proche aidant
- Soutenir l'élaboration d'un plan de rétablissement ou la collaboration au plan de rétablissement de la personne vivant avec un trouble mental
- Promouvoir auprès du proche aidant l'accès à un logement autonome ou l'utilisation d'un supplément au logement pour la personne vivant avec un trouble mental (via des programmes gouvernementaux de soutien au logement)
- Promouvoir auprès du proche aidant le retour aux études ou le retour à un emploi sur le marché régulier pour la personne vivant avec un trouble mental

3. Soutien des proches et entre pairs (4 items)

- Former les proches aidants au concept de rétablissement et les outiller à mieux accompagner

et contribuer au rétablissement personnel de la personne vivant avec un trouble mental

- Référer les proches aidants à des ressources appropriées
- Utiliser les services de pairs aidants ou de soutien entre pairs (ou soutenir l'embauche et l'accès à des pairs aidants ou personnes détenant un savoir expérientiel)
- Soutenir l'espoir et donner accès à des témoignages ou histoires de rétablissement (de proches aidants ou de personnes vivant avec un trouble mental)