

## **Utilisation des Pratiques Soutenant le Rétablissement – Version courte validée Intervenants en santé mentale**

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.

**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 adaptée à la réalité des intervenants travaillant auprès des proches.

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

### **Citation recommandée :**

Briand, C. (2024). *Utilisation des pratiques soutenant le rétablissement – Intervenants en santé mentale* (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 avec la personne
- Encourager la prise de risque (raisonnable) et l'apprentissage par essais et erreurs (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 de la personne, de son réseau naturel et de la communauté dans le plan d'intervention
- Promouvoir chez la personne 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 les proches aidants (membres de l'entourage) dans le plan d'intervention établi avec la personne
- Soutenir l'élaboration d'un plan de rétablissement ou la collaboration au plan de rétablissement de la personne
- Soutenir l'accès à un logement autonome ou l'utilisation d'un supplément au logement pour la personne (via des programmes gouvernementaux de soutien au logement)
- Soutenir le retour aux études ou le retour à un emploi sur le marché régulier pour la personne

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

---

- Former les proches aidants (membres de l'entourage) au concept de rétablissement et les outiller à mieux accompagner et contribuer au rétablissement personnel de la personne
- Référer les proches aidants (membres de l'entourage) 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