

Utilisation des Pratiques Soutenant le Rétablissement – Version longue non 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.

Cette version longue est celle qui a été initialement développée avant les analyses psychométriques. Elle comporte 27 items répartis en quatre domaines de pratiques selon une conceptualisation théorique proposée par des experts du domaine. La version courte (15 items), issue d'une analyse factorielle exploratoire, est la version actuellement validée.

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 longue non 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

A. Soutien au processus de rétablissement personnel et à l'autodétermination (10 items)

- Utiliser une approche soutenant le rétablissement personnel
- Informer et former sur les droits des usagers et des proches aidants
- Élaborer conjointement avec le proche aidant un plan d'intervention qui met de l'avant les besoins qu'il exprime
- 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
- Faire un effort supplémentaire pour établir une relation bienveillante, libre de jugement, égalitaire, de collaboration et de partage des pouvoirs
- Soutenir l'espoir et donner accès à des témoignages ou histoires de rétablissement (de proches aidants ou de personnes vivant avec un trouble mental)
- Soutenir l'élaboration d'un plan de rétablissement ou la collaboration au plan de rétablissement de la personne vivant avec un trouble mental
- 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
- Promouvoir chez la personne l'importance de faire ses propres choix, d'établir ses priorités et de préciser ses objectifs personnels

B. Implication des proches aidants et mise à contribution des ressources de la communauté (5 items)

- Informer et impliquer la personne vivant avec un trouble mental dans le plan d'action établi avec la personne
- 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

- › Soutenir l'élaboration d'un plan de crise conjoint (ou directives anticipées en cas de crise de santé mentale) entre la personne vivant avec un trouble mental et les proches aidants
- › Mettre à contribution en priorité les ressources de la communauté et du réseau naturel (ressources hors du réseau de la santé mentale)

C. Utilisation de pratiques spécifiques soutenant le rétablissement (5 items)

- › 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)
- › 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
- › Utiliser des approches spécialisées (approche motivationnelle, pleine conscience, résolution de problèmes, approches cognitives comportementales, etc.) au moment opportun et à durée limitée
- › Adapter les services pour répondre aux besoins spécifiques des jeunes (jeunes proches aidants et proches aidants de jeunes vivant avec un trouble mental)

D. Mise en place de pratiques organisationnelles soutenant le rétablissement (7 items)

- › Impliquer les proches aidants dans la planification et l'organisation des services et ressources au sein de votre organisation (ou négocier cette participation et créer des conditions propices)
- › Participer à des activités pour favoriser la continuité entre les différents services offerts au sein des différents réseaux de ressources : citoyens, communautaires, de santé et services sociaux, etc. (par exemple, rencontres conjointes, mécanismes de référencement centralisés, création de services conjoints entre organisations, etc.)
- › Participer à des activités de réseautage pour soutenir le travail en réseau (et non en silo) et l'émergence d'une culture de collaboration
- › Participer à des activités de mentorat et de supervision pour réfléchir à sa pratique (par exemple, une communauté de pratique)
- › Participer à des activités soutenant la promotion de la santé mentale au travail (pour soutenir la santé mentale des travailleurs ou sa santé mentale au travail)
- › Participer à des activités de formation sur l'approche orientée vers le rétablissement et autres pratiques spécifiques
- › Poser des actions concrètes pour lutter contre les inégalités sociales, la stigmatisation et la discrimination en santé mentale