

**Association canadienne pour la santé mentale, bureau national**  
**Conseil consultatif national des usagers**  
**Exposé de principe en appui du projet de recherche**  
**« Pour faire avancer la cause du soutien par les pairs »**  
**de la Commission de la santé mentale du Canada**

**Recommandation :**

- 1 Que les membres du Conseil consultatif national des usagers (CCNU) de l'ACSM, bureau national, appuient le projet de recherche *Pour faire avancer la cause du soutien par les pairs*, en cours de réalisation par le comité consultatif sur les systèmes de services de la Commission de la santé mentale du Canada.

**À propos du projet de recherche**

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) finance ce projet dans le but de décrire l'état actuel des activités de soutien par les pairs dans le réseau canadien de santé mentale et de proposer des orientations stratégiques, ainsi que des stratégies législatives, de financement et d'évaluation, lesquelles renforceront la capacité de soutien par les pairs, et notamment les initiatives dirigées par les pairs au Canada. Un groupe de consultantes internationales ayant vécu des expériences en la matière a été engagé par le comité consultatif sur les systèmes de services de la Commission de la santé mentale du Canada, afin de recueillir l'information nécessaire en vue de la réalisation du projet. Un rapport sera rédigé, lequel décrira les activités de soutien par les pairs réalisées au Canada et formulera des recommandations quant à l'intégration du soutien par les pairs aux systèmes de santé mentale des provinces et des territoires. Les résultats pourront servir à bonifier la « Stratégie en matière de santé mentale du Canada » ou encore à alimenter les autres projets de la CSMC. Une base de données sur les initiatives de soutien par les pairs au Canada sera conçue et pourra enrichir le Centre d'échange des connaissances de la CSMC.

La recherche explorera les facteurs intrinsèques et extrinsèques qui influencent le soutien par les pairs au Canada. Parmi les facteurs intrinsèques qui seront étudiés, on note les valeurs, les bénéfices, les difficultés, la gouvernance, la gestion, la prestation et la composition des membres. Quant aux facteurs extrinsèques, ils concernent la législation, les politiques, le financement, la culture et les attitudes en ce qui a trait à la santé mentale.

**Enjeu** Il existe un besoin de reconnaître et de comprendre que l'aide mutuelle et le soutien par les pairs constituent la ressource et la philosophie fondamentales des organismes dirigés par et en collaboration avec des personnes qui vivent avec une maladie mentale ou qui ont vaincu la maladie mentale et que cette approche est un outil nécessaire et complémentaire au système traditionnel de soins de santé mentale.

**Qu'entendons-nous par le soutien par les pairs?** Le soutien par les pairs est le fondement sur lequel les organismes dirigés par des bénéficiaires ou les groupes indépendants et non financés basent leur travail et leurs efforts. Il s'agit du pilier de l'autoassistance et du processus de rétablissement. Il s'agit du processus par lequel les personnes qui partagent les mêmes

idées et vivent des expériences semblables – qui ont affronté ou affrontent actuellement les mêmes obstacles – s’encouragent et se soutiennent mutuellement afin de continuer leur guérison. Les personnes qui ont fait l’expérience de la maladie, du système, du processus clinique, des médicaments et des obstacles sont les mieux placées pour partager les connaissances acquises par expérience.

**Justification** Le soutien par les pairs offre à une personne atteinte d’une maladie mentale la possibilité d’exprimer ouvertement et honnêtement la douleur, la souffrance et la frustration qu’elle subit en raison de la maladie. Cela crée une atmosphère de confiance entre les pairs et donne l’assurance que personne ne sera jugé. Le soutien par les pairs permet à une personne d’explorer son moi profond afin de découvrir des forces, dont elle n’était pas consciente et qui l’aideront sur la voie du rétablissement. Mais surtout, le soutien par les pairs reconnaît le pouvoir immense des connaissances expérientielles. Il s’agit de connaissances qui ne pourraient jamais être acquises dans une salle de classe ou en lisant un livre. Il s’agit de connaissances qui nous permettent de dire : « J’ai vécu la même expérience que toi, et je suis là pour toi! »

### **Sources/Bibliographie**

1. Commission de la santé mentale du Canada – Comité consultatif sur les systèmes de services  
Projet de recherche *Pour faire avancer la cause du soutien par les pairs* rédigé par Susan Hardie – agente de recherche adjointe. Les deux co-dirigeantes de ce projet, Laurie Hall et Loïse Forest, ont présenté ce projet et ont reçu le plein appui de la CSMC, [www.mentalhealthcommissioncanada.ca](http://www.mentalhealthcommissioncanada.ca)
2. Coalition canadienne des ressources alternatives en santé mentale (CCRASM) – *Peer Support Position Policy Paper* – rédigé par Roy Muise – ratifié par la CCRASM le 31 mars 2007, [www.ccamhr.ca](http://www.ccamhr.ca).