

## Région de la Montérégie : Pratiques alternatives en santé mentale en Montérégie : un tableau d'ensemble aux textures variées

Geneviève St-Hilaire

Jalons pour une politique en santé mentale  
Volume 20, Number 1, printemps 1995

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/032347ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/032347ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (print)

1708-3923 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this document

St-Hilaire, G. (1995). Région de la Montérégie : Pratiques alternatives en santé mentale en Montérégie : un tableau d'ensemble aux textures variées. *Santé mentale au Québec*, 20 (1), 256–258. <https://doi.org/10.7202/032347ar>

## **Région de la Montérégie**

---

Responsable : Rolland Gaudette

### **Pratiques alternatives en santé mentale en Montérégie: un tableau d'ensemble aux textures variées**

Quelles sont les situations difficiles que l'on rencontre quand on est intervenant(e) dans une ressource alternative en santé mentale? À

quels moyens de ressourcement peut-on recourir pour éviter l'épuisement professionnel? Qu'est-ce qui caractérise l'approche alternative en santé mentale?

Voilà autant de questions et de thèmes qui ont été abordés dans le cadre du *Colloque sur les pratiques alternatives en santé mentale/ Journée des intervenant-e-s*, qui se tenait à Longueuil, en avril dernier.

L'événement, organisé par l'Association des Alternatives en Santé Mentale de la Montérégie (AASMM), visait à susciter l'échange entre les intervenant(es) qui œuvrent dans les ressources-membres. Première du genre en Montérégie, la rencontre a réuni une trentaine de personnes issues des ressources d'hébergement et des services de crise. Établir un premier contact, découvrir ce qui se vit dans les autres ressources, voilà, en somme, ce qu'aura permis ce rassemblement.

De manière générale, on peut dire (sans diagnostic...) que les signes vitaux des ressources alternatives de la Montérégie sont bons! De nouveaux services ont même vu le jour, dont un qui innove en faisant appel à la collaboration de la communauté pour développer l'hébergement dans les familles. D'autre part, des projets de recherche sont en cours dans deux organismes, l'un portant sur la double problématique de la santé mentale et la toxicomanie et l'autre sur l'évaluation de la pratique d'intervention féministe.

Les thèmes abordés en ateliers ont suscité des discussions très vivantes et mis en lumière les situations vécues quotidiennement par les intervenant(es). *Les limites de l'intervention*, thème prisé d'entre tous, a attiré une majorité de participant(es). Cette question a permis à bon nombre de personnes de partager leur expérience professionnelle et d'ouvrir l'échange au plan des émotions: comment faire face à la crise? Comment garder une distance émotionnelle face à la personne aidée? Comment gérer la colère, l'impuissance?

Comme dans tous les milieux de travail, les intervenant(es) des ressources alternatives ne sont pas à l'abri de l'épuisement professionnel. L'atelier portant sur le *Ressourcement professionnel* a permis de faire le point sur certains aspects de la pratique. La formation continue et la supervision clinique ont été identifiées comme moyens de ressourcement indispensables. Toutes aussi essentielles, une bonne communication ainsi qu'une saine transparence entre les divers palliers des ressources réduisent les sources de tension et favorisent une bonne harmonie de travail.

L'atelier qui se penchait sur le tandem *Approche alternative et intervention/philosophie et pratique*, a permis quant à lui de redécouvrir

la multitude de couleurs et de textures qui composent la toile de fond de la pratique alternative: toujours en mouvance, l'approche alternative donne place à la créativité et à l'ouverture compte tenu de la multiplicité des réalités vécues dans les ressources. Unaniment, les participant(es) ont dit apprécier la pratique alternative à cause de sa dimension globale, son caractère humain et ses possibilités créatives. Quelque soit le type d'intervention privilégié dans les ressources, une des caractéristiques de l'approche alternative, c'est qu'elle est centrée sur la personne, c'est-à-dire, respectueuse de son rythme, ses aspirations et ses besoins. Cela constitue un des principes fondamentaux de la philosophie et la pratique alternatives en santé mentale.

En bout de ligne, plusieurs personnes présentes étaient frappées par la variété des approches utilisées et l'originalité des réalisations en cours dans les différentes ressources. Très appréciée, la journée s'est clôturée sur une volonté partagée de répéter d'autres événements du genre dans un avenir rapproché. Bref, un mouvement vivant, des échanges nourrissants, des projets intéressants et bien d'autres choses à venir... Histoire à suivre!

Geneviève St-Hilaire (AASMM)