



*Regroupement  
des ressources alternatives  
en santé mentale  
du Québec*

*Le*  
***MANIFESTE***

**du Regroupement des ressources alternatives  
en santé mentale du Québec**

**Élaboré collectivement lors des congrès d'orientation de 1991 et de 1998  
Mis à jour lors de l'assemblée générale de juin 1999**

*Réédité en 2009*

## Note explicative sur le travail d'actualisation de 2009

Le souci d'un document révisé émane des multiples commentaires reçus au Regroupement sur la clarté, la lourdeur et donc l'appropriation du *Manifeste* dans sa forme mise à jour lors de l'assemblée générale de 1999. Un travail d'actualisation et de mise en page a donc été réalisé à partir de la version du *Manifeste* de 1999. Les sections *perspective historique* et *contexte politique, économique et social* ont été revues et actualisées de même que le visuel du document (uniformisation des styles, uniformisation du texte, actualisation des références aux documents du RRASMQ).

Le contenu de la section qui présente les *principaux éléments des approches et pratiques alternatives* n'a pas été modifiée. Comme les principes fondamentaux des approches et pratiques alternatives ont été débattus et élaborés par les ressources membres lors des congrès d'orientation de 1991 et 1998, ils ne peuvent être modifiés sans entreprendre une démarche d'élaboration et de révision collective.

## Table des matières

<i>Préambule</i> .....	I
<i>Perspective historique</i> .....	II
<i>Contexte politique, économique et social du Québec</i> .....	IV
<i>Fondements d'une définition sans cesse renouvelée</i> .....	1
<i>Principaux éléments des approches et pratiques alternatives</i> .....	2
1. Variété, diversité, pluralisme des manières d'être et d'agir .....	2
2. Alliance historique entre ressources différentes; alliance historique entre personnes usagères et intervenantes.....	4
3. Polyvalence des ressources alternatives .....	4
4. Philosophie commune.....	5
5. Questionnements communs .....	10

## Préambule

*D'où venons-nous? Que sommes-nous? Où allons-nous?*<sup>1</sup> C'est à ces questions que nous, les ressources alternatives, voulions répondre lors du premier congrès d'orientation du RRASMQ tenu en février 1991. Les réflexions et les affirmations ayant émergé lors de ce congrès ont mené à l'élaboration collective du *Manifeste du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale*.

Lors du deuxième congrès d'orientation, tenu en octobre 1998, nous avons une fois de plus tenté d'actualiser ces questionnements et les réponses à y apporter.

Ces deux événements ont marqué des points tournants dans notre histoire, car l'effort réalisé lors de ces rencontres d'échanges et de réflexions nous a permis de renouer avec ce qui constitue le cœur et l'âme des ressources alternatives.

Nous avons réaffirmé qu'au-delà du Regroupement des ressources alternatives, il existe un *mouvement social alternatif* dont nous faisons partie. Ce mouvement alternatif est porteur :

- d'une façon «autre» d'accueillir la souffrance psychique et la détresse émotionnelle;
- d'une conception globale de la personne et de ses liens avec son entourage;
- d'une vision de la communauté en tant qu'actrice de son développement.

Nous avons aussi redit que nous sommes un *mouvement* (à l'opposé d'un système) parce que nous valorisons et favorisons :

- le pluralisme des approches et des pratiques;
- l'appropriation par les personnes du pouvoir qu'elles ont sur elles-mêmes et sur leur milieu de vie;
- l'accès au statut de citoyen ou de citoyenne;
- la justice sociale;
- la démocratisation des lieux d'existence.

Élaboré collectivement au fil des ans, le *Manifeste* contient ce qui nous unit, ce qui nous cimente les uns aux autres et ce qui fait que l'on se reconnaît. Il présente les dénominateurs communs des ressources alternatives et, sous la forme d'une déclaration de principes, affirme la vision partagée de ce qu'est l'Alternative en santé mentale.

---

<sup>1</sup> Selon l'œuvre du peintre Paul Gauguin «*D'où venons-nous? Que sommes-nous? Où allons-nous?*».

## Perspective historique

Le mouvement alternatif québécois de la santé mentale s'est historiquement inspiré de plusieurs courants idéologiques de remise en question et de revendications. Une première influence provient du courant de l'antipsychiatrie qui a débuté en Europe et en Amérique du Nord durant les années 1950 et 1960. Ce courant de pensée a radicalement remis en cause les fondements de la psychiatrie dite « moderne ». Porté surtout par les professionnels de la santé, il remettait en question la biopsychiatrie, c'est-à-dire les pratiques psychiatriques basées seulement sur le modèle médical. Une deuxième influence découle directement du mouvement américain de défense de droits des personnes psychiatisées appelé le mouvement des *survivors*. Composés et portés principalement par les personnes ayant connu la psychiatrie, les groupes rattachés à ce mouvement dénonçaient et contestaient fortement les abus du système psychiatrique sur les individus. Enfin, une troisième influence du mouvement alternatif appartient au mouvement communautaire québécois qui s'est développé à travers l'émergence de plusieurs groupes sociaux tels que les groupes des femmes, d'éducation populaire, de défense de droits individuels et collectifs, des jeunes, etc.

Au Québec, les débuts de la désinstitutionalisation ont été initiés par la sortie du livre *Les fous crient au secours* (1961) écrit par Jean-Charles Pagé, un ex-patient de l'asile de Saint-Jean-de-Dieu qui dénonçait les conditions de vie intolérables et inhumaines dans les asiles. Ensuite, en 1962, une *Commission d'enquête sur les hôpitaux psychiatriques* a déclenché une remise en question majeure du bienfait et de la nécessité des asiles. Dès lors, la responsabilité de la prise en charge des problèmes de santé mentale est passée de l'autorité des communautés religieuses vers les médecins psychiatres.

Cependant, cette période qui correspond à l'arrivée massive « d'ex-patients » dans la communauté a été marquée par le manque de ressources, de soutien social et de structures d'accueil adéquates mis à la disposition des personnes dans leur communauté. Progressivement, le modèle des asiles a été remplacé par le modèle des cliniques externes de psychiatrie. En effet, l'avènement de la psychiatrie sociale ou communautaire dans les années 1970 et le développement du modèle des cliniques externes de psychiatrie dans les années 1990 a eu pour effet de reproduire le modèle médical jusque dans la communauté. Cette vision médicale des soins et services repose entre autres sur l'autorité du médecin psychiatre dans le rôle de l'expert, le recours presque exclusif à la médication comme traitement et l'hospitalisation à répétition par manque de soutien adéquat dans la communauté.

Vers la fin des années 1970, au Québec, c'est en quelque sorte dû à l'échec, mais aussi à la remise en question d'une psychiatrie sociale qui se voulait tournée vers la communauté, que sont nés le besoin et le désir de chercher *ailleurs* et *autrement* des moyens pour répondre à la souffrance émotionnelle.

La philosophie alternative du RRASMQ a émergé d'un partage de vision entre des groupes d'entraide porteurs de la défense de droits formés de personnes ayant connu la psychiatrie et des ressources proposant différentes formes de traitement alternatif. Ces groupes contestaient tous l'enfermement psychiatrique et l'enfermement chimique comme réponse à la souffrance.

Dès 1983, les ressources alternatives vont se multiplier dans l'ensemble du Québec et le fait de se regrouper entre ressources différentes et de créer des alliances va solidariser le mouvement alternatif et faire progressivement émerger un sentiment d'identité et d'appartenance autour d'une vision alternative et d'un partage de valeurs communes.

Même si de nombreux efforts ont été consentis dans l'amélioration de la qualité des services en santé mentale, le mode de pensée médical est encore et toujours largement dominant en psychiatrie. Les ressources alternatives sur le terrain et le Regroupement travaille à stimuler la réflexion et à organiser l'action de façon soutenue afin d'occuper un rôle majeur de « contre poids » et à porter une vision plus positive et appropriée de la santé mentale.

*Prenant acte de cette évolution historique, le RRASMQ cherche à redéfinir ce qu'est l'alternative, non seulement à partir de ce qui nous différencie du modèle dominant, mais d'abord et surtout à partir de nos propres approches et pratiques.*

## Contexte politique, économique et social du Québec

*Dans quel monde vivons-nous ?*

Nous sommes tous et toutes marqués par la mouvance et l'ambivalence profonde que caractérise la quête de l'identité québécoise. Les différentes tentatives du Regroupement des ressources alternatives et de ses membres de se redéfinir collectivement se situent dans le contexte général de la redéfinition du statut politique du Québec. Cette quête identitaire vise plutôt le redécoupage de l'espace politique et économique dans lequel évolue le Québec. Malgré l'émergence de certains mouvements (ex. : D'abord solidaire - Réseau national sur la Démocratie municipale) ou partis politique (ex. : Québec solidaire) qui visent à promouvoir un autre Québec, nous constatons que, de façon générale, le Québec veut être *ailleurs*, mais pas tellement *autrement*.

En l'absence d'un projet original et largement rassembleur de société, c'est malheureusement l'idéologie néolibérale caractérisée par une prépondérance de l'économie de marché qui domine la pensée et l'action des citoyens et citoyennes. Cette idéologie a progressivement pénétré plusieurs secteurs de la vie sociale et a accentué une pensée individualiste, influençant ainsi les pratiques sociales de même que les valeurs et principes qui sous-tendent ces actions.

Ce mode de pensée reproduit jour après jour une contradiction insoutenable : celle de la croissance des inégalités au détriment de l'accroissement de la richesse collective. À titre d'exemple, certaines lois, en particulier la Loi sur la sécurité du revenu (1999) et celle sur l'assurance-emploi (1996), accentuent cette tendance. L'appauvrissement de groupes de plus en plus larges de la population, dont les personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale, constitue une des caractéristiques majeures de ce Québec fragmenté idéologiquement.

*Les ressources alternatives face au système de santé mentale*

Dans le champ sociopolitique, les ressources alternatives en santé mentale se sont développées dans le contexte de la réforme de la santé et des services sociaux durant les années 1980 et 1990. Cette période a été fortement marquée par l'implantation des plans régionaux d'organisation de services (aussi appelés les PROS) où les maîtres mots étaient ceux du partenariat et de la complémentarité obligée avec le réseau étatique.

À la fin des années 1980, nous avons vécu la régionalisation accélérée du « programme-cadre santé mentale » et participé de façon rigoureuse et critique dans toutes les régions du Québec à l'exercice d'organisation et de planification au sein des comités tripartites dans l'élaboration et le suivi de l'implantation des PROS. Cette fameuse complémentarité risquait d'aboutir à l'homogénéisation et à l'uniformisation des modes de pensée et des pratiques. Dans un tel contexte, penser et agir *autrement* devenait une exigence et une responsabilité sociale auxquelles notre Regroupement devait répondre et a répondu.

La Politique de santé mentale du Québec (1989) a également considérablement marqué les différents acteurs du domaine de la santé mentale dont, bien sûr, les

ressources alternatives et communautaires. Ces dernières ont plus que jamais un rôle de vigilance à exercer pour préciser et réaffirmer leurs valeurs et pratiques et ainsi se démarquer des simples changements cosmétiques opérés dans le discours du réseau public.

*La réorganisation des services en réseaux locaux de services intégrés*

Plus récemment, soit depuis 2003, le système de santé et de services sociaux du Québec connaît une transformation organisationnelle importante avec l'implantation progressive des réseaux locaux de services intégrés en santé mentale.

Cette nouvelle « réforme » apporte avec elle certains changements importants dont la fusion administratives des établissements publics de santé et la création des Centre de santé et de services sociaux (CSSS), une approche populationnelle à travers des projets cliniques qui s'organisent maintenant au palier local et une modification des règles du jeu dans les relations entre les acteurs du domaine de la santé mentale. Ceci implique de nouveaux rapports (administratifs, organisationnels et financiers) entre les acteurs publics et communautaires participants à la gestion et à l'organisation du système.

Dans ces nouvelles conditions, plusieurs organismes du milieu communautaire, dont les ressources alternatives, ont été invités à intégrer la nouvelle structure d'organisation en réseau via le projet organisationnel et clinique paru en 2004.

Dans une perspective critique face au projet d'intégration des services en santé mentale, nous avons rappelé que les ressources alternatives ne font pas partie du réseau de services public, mais doivent être reconnues formellement d'intérêt public, en tant que partenaires autonomes et non comme services résiduels du réseau. L'ère de la proximité porte donc plusieurs enjeux à l'échelle locale qui doivent être explorés à travers l'expérience des ressources alternatives.

Dans la même idéologie de concertation que la Politique de santé mentale de 1989, mais dans une logique plus structurante, le Ministère de la Santé et des Services sociaux a publié en 2005 son plan d'action intitulé *Plan d'action en santé mentale 2005-2010. La force des liens* qui est structuré autour de l'approche des réseaux intégrés pour organiser les services.

L'Alternative doit continuer à prendre position et à se réaffirmer comme entité existant en dehors du réseau public, possédant ses caractéristiques propres et pouvant apporter une contribution spécifique à ce dernier.

***Prenant acte du contexte politique, économique social du Québec, le RRASMQ cherche toujours à définir l'Alternative en santé mentale en l'insérant étroitement dans ce contexte.***

## **Fondements d'une définition sans cesse renouvelée**

### *Éviter le piège d'une définition statique*

D'entrée de jeu, nous voulons éviter le piège d'une définition de l'Alternative qui serait rivée dans le ciment. Les définitions sont toujours réductrices et emprisonnantes. Elles peuvent même inciter à l'exclusion. Par ailleurs, certains points de repères sont nécessaires à la cohésion au sein d'un regroupement et essentielles à la reconnaissance réciproque entre les membres.

C'est dans cet esprit de définition sans cesse en mouvement que les congrès d'orientation de 1991 et 1998 ont indiqué la volonté des membres du RRASMQ de constamment travailler à mieux cerner les principaux éléments des approches et pratiques alternatives.

### *Axer nos énergies sur le processus, le mouvement*

Plutôt que de chercher à caser et à définir, nous voulons plutôt parler en termes de balises pour la réflexion et l'action, d'indications, d'objectifs vers lesquels il faut tendre. Nous voulons parler en termes de mouvance, de processus, de mouvement, bref, d'une définition en constante redéfinition !

Les congrès d'orientation de 1991 et de 1998 ont permis de préciser à la fois ce qui fait et ce qui ne fait pas consensus au sein de notre regroupement. Ils ont indiqué ce qui doit continuer de faire l'objet d'approfondissement et de discussion, d'échange et de débat. Les congrès ont ainsi manifesté la capacité des ressources membres de vivre avec certaines «zones grises» et de remettre en question certaines idées considérées comme acquises.

*Le RRASMQ travaille de façon à ce que toute tentative de définition des ressources alternatives en santé mentale s'inscrive dans une perspective dynamique évitant ainsi le piège des définitions statiques.*



## **Principaux éléments des approches et pratiques alternatives**

La vision de l'Alternative partagée entre les ressources membres se traduit par différentes approches et se concrétise à travers plusieurs types de pratiques. Chacune des ressources membres possède ses particularités, sa couleur locale et ses manières de faire. Lors des congrès d'orientation, nous avons tout de même dégagé les principaux éléments se rapportant aux approches et pratiques alternatives :

*Variété, diversité, pluralisme des manières d'être et d'agir*

*Alliance historique entre ressources différentes; alliance historique entre personnes usagères et intervenantes*

*Polyvalence des ressources alternatives*

*Philosophie commune*

*Questionnements communs*

### **1. Variété, diversité, pluralisme des manières d'être et d'agir**

Le Regroupement est composé de plus d'une centaine d'organismes ce qui constitue un véritable kaléidoscope de ressources. Ces organismes communautaires sont bien différents les uns des autres en raison des personnes qui les fréquentent, de leur localisation, de leurs mandats, de leurs pratiques ainsi que des exigences des milieux dans lesquels ils évoluent. Cette variété de missions que se donnent les ressources alternatives introduit également des variétés différentes de relations entre personnes usagères et intervenantes, entre les ressources elles-mêmes et entre les ressources et la communauté.

Les ressources alternatives sont des :

- ressources d'entraide<sup>2</sup> composées exclusivement de gens ayant un vécu psychiatrique;
- ressources d'entraide qui fonctionnent avec des personnes intervenantes n'ayant pas de vécu psychiatrique mais qui ne sont pas non plus des professionnels et qu'on pourrait donc appeler des personnes aidantes naturels;
- ressources d'entraide qui fonctionnent avec des personnes intervenantes professionnelles;
- ressources d'hébergement;
- centres de crise;
- milieux de jour;

---

<sup>2</sup> L'Entraide... pratique alternative en santé mentale, Guide de la philosophie et des pratiques des groupes d'entraide en santé mentale membres du RRASMQ, adopté par l'assemblée générale de juin 1996.

- ressources de soutien et d'accompagnement dans la communauté<sup>3</sup>;
- centres d'écoute;
- ressources axées plus particulièrement sur les arts;
- ressources de réinsertion au travail;
- ressources qui se définissent comme thérapeutiques et qui sont elles-mêmes très différentes les unes des autres dans leurs approches et leurs méthodes de travail<sup>4</sup>.

Le RRASMQ témoigne ainsi de la créativité, de la diversité et du pluralisme des ressources alternatives et par conséquent de l'impossibilité de rimer l'Alternative dans une seule façon de faire. La folie nous invite à inventer et à diversifier plutôt qu'à homogénéiser. Elle ne se laisse pas enfermer dans une seule façon de penser et d'agir. Par conséquent, la réponse à la souffrance émotionnelle doit donc être plurielle.

Ce pluralisme est une richesse inestimable qu'il faut préserver et développer à tout prix. Il s'agit aussi d'une caractéristique qui nous invite à une très grande tolérance entre les groupes membres qui nous rappelle sans cesse l'impérieuse nécessité d'accepter la différence.

### **Nous affirmons :**

*Que la variété, la diversité et le pluralisme des approches au sein des ressources alternatives constituent une des caractéristiques essentielles de notre regroupement.*

---

<sup>3</sup> Balises pour une approche alternative des pratiques de soutien communautaire en santé mentale, adopté par le conseil d'administration du RRASMQ le 21 novembre 2006.

<sup>4</sup> Balises pour une approche alternative de traitement en santé mentale, adopté par l'assemblée générale de juin 2005. Mise à jour du document *Un cadre de référence pour l'approche alternative du traitement dans les ressources alternatives du RRASMQ*, 1999.

## **2. Alliance historique entre ressources différentes; alliance historique entre personnes usagères et intervenantes**

Les personnes et ressources membres présentent lors des congrès d'orientation de 1991 et de 1998 ont clairement indiqué leur volonté de reconduire l'alliance historique entre des ressources aux pratiques très diversifiées mais partageant une philosophie commune ainsi que l'alliance historique entre personnes usagères et intervenantes. L'ensemble des personnes participantes aux congrès ont exprimé que, au-delà des différences certaines, ce sont les intérêts communs qui priment.

**Nous affirmons :**

*Qu'il est nécessaire de maintenir et de consolider l'alliance historique, entendue au sens d'une solidarité et d'un partage d'une philosophie commune entre les ressources différentes.*

*Qu'il est nécessaire de maintenir et de consolider l'alliance historique, entendue au sens de liens privilégiés entre personnes usagères et intervenantes au sein des ressources alternatives.*

## **3. Polyvalence des ressources alternatives**

Cette variété, cette diversité et ce pluralisme appellent une autre caractéristique fondamentale des ressources alternatives : la polyvalence. En effet, les congrès d'orientation ont souligné à plusieurs reprises le fait que les ressources, tout en développant davantage l'un ou l'autre volet d'intervention, déploient un ensemble d'activités qui visent à répondre globalement aux besoins des personnes. C'est ainsi, par exemple, que toutes se préoccupent, à des degrés divers, des conditions de logement et d'accès au travail de leurs membres.

**Nous affirmons :**

*Que la polyvalence des ressources alternatives doit être reconnue et défendue comme étant une des caractéristiques essentielles de l'approche et des pratiques alternatives.*

#### 4. Philosophie commune

La diversité des ressources alternatives se déploie au sein d'une philosophie commune. Les congrès d'orientation ont été des occasions pour cerner ce qui nous unit, ce qui nous rassemble, ce qui tisse nos solidarités communes et ce qui nous permet de contribuer ensemble au développement d'un mouvement alternatif en santé mentale au Québec.

Les personnes participantes à ces congrès d'orientation ont clairement indiqué leur adhésion aux principes suivants :

*Une conception globale de la personne*

*La ré-appropriation du pouvoir*

*La qualité de l'accueil*

*L'entraide, valeur commune de l'Alternative*

*Des ressources à « taille humaine »*

*Des ressources imbriquées dans la communauté*

*Des ressources engagées socialement et politiquement*

##### 4.1 Une conception globale de la personne

- L'Alternative prend en compte que la personne a une histoire, qu'elle vit dans un milieu donné et dans des conditions économiques, sociales, culturelles et politiques qui impriment à sa souffrance des caractéristiques propres pouvant marquer ses relations avec les autres.
- L'Alternative reconnaît à la personne son droit à la différence et respecte son intégrité.
- L'Alternative intègre dans la notion de «globalité», l'humanité et la sensibilité et pas seulement la différence.
- L'Alternative considère la personne dans sa capacité d'être plutôt qu'à partir de sa difficulté d'être. La personne n'est pas perçue d'abord et seulement à partir de ses difficultés, de ses handicaps et de ses déficits; elle n'est pas un diagnostic ambulancier.
- L'Alternative intègre la notion de «plaisir», c'est-à-dire que la difficulté est intégrée dans l'ensemble de la vie y compris les dimensions de plaisir.
- L'Alternative questionne aussi le rapport au travail. Elle soutient la mise sur pied de ressources visant l'insertion économique ou sociale dans une perspective globale de la personne et en respect de ses demandes et besoins.

Une conception globale de la personne prend aussi en compte la situation spécifique des femmes. À cet effet, les ressources alternatives en santé mentale adoptent les balises d'une intervention respectueuse des femmes<sup>5</sup> et s'engageant à :

- Reconnaître que le sexe social joue un rôle déterminant dans les problèmes de santé mentale.
- Reconnaître que l'inégalité des relations entre les hommes et les femmes joue un rôle déterminant dans les problèmes de santé mentale des hommes et des femmes.
- Reconnaître que les caractéristiques individuelles et le développement propre à chaque femme joue un rôle déterminant dans l'apparition et l'évolution de ses problèmes de santé mentale.
- Accueillir les femmes dans leur réalité et leur spécificité de femmes, les écouter, les entendre, les croire.
- Travailler à la réappropriation du pouvoir des femmes sur leur vie et leur environnement.
- Valoriser le potentiel, les connaissances et l'expérience des femmes.
- Conscientiser et agir sur les stéréotypes sexistes.
- Construire des rapports égalitaires entre les hommes et les femmes.
- Stimuler l'entraide et la solidarité entre femmes.
- Favoriser la participation des femmes à la vie associative et aux lieux de pouvoir décisionnel.
- S'impliquer socialement et politiquement pour faire changer la situation des femmes.

#### **4.2 La ré-appropriation du pouvoir**

- L'Alternative respecte et encourage le pouvoir que la personne qui demande de l'aide a sur elle-même. Ceci, en opposition à ce qu'on retrouve dans le réseau public où la personne n'a pas vraiment le choix de ce qui lui est offert et de ce qui lui arrive.

---

<sup>5</sup> *Balises d'une intervention respectueuse des femmes dans les ressources alternatives en santé mentale*, Document déposé à l'assemblée générale annuelle du RRASMQ juin 1998, rédigé par le comité Femmes et santé mentale

- L'Alternative vise à créer les conditions nécessaires permettant à la personne de se réappropriier le pouvoir sur elle-même, sur sa situation, sur son environnement.
- L'Alternative permet à la personne d'avoir le choix de ce qu'elle vit, dont le choix d'intervenir dans le cadre dans lequel elle se trouve; elle a le choix d'abandonner ou de continuer et donc elle a une entière liberté sur ce qui va lui arriver.
- L'Alternative encourage que dans la ressource on vise à garder le contrôle sur notre réalité et sur les circonstances qui entourent les difficultés qu'on vit.
- L'Alternative favorise l'accès à tous les lieux de pouvoir décisionnels au sein des ressources et travaille à améliorer, développer, inventer des formes nouvelles d'exercice du pouvoir. Ce faisant, l'Alternative travaille à redonner aux usagers et aux usagères leur statut de citoyens et de citoyennes à part entière.
- L'Alternative travaille à ce que les personnes ne deviennent pas que de simples consommateurs ou consommatrices de services mais apprennent à devenir des acteurs et actrices. En ce sens, au sein des ressources, tout le monde est acteur mais avec des rôles différents selon qu'on est aidé ou aidant. Personne n'agit seulement dans un rôle de spectateur contrairement à ce qu'on retrouve dans les institutions psychiatriques ou dans le réseau en général.
- L'Alternative permet aussi la contestation par les personnes, individuellement et collectivement, du pouvoir psychiatrique.
- L'Alternative s'engage à respecter, à promouvoir et à soutenir concrètement le droit à la gestion autonome de la médication (GAM)<sup>6</sup>.

---

<sup>6</sup> *Gestion autonome des médicaments de l'âme. Mon guide personnel*, RRASMQ/ AGIDD-SMQ, 2002 et *Repères pour une gestion autonome de la médication en santé mentale. Guide d'accompagnement*, RRASMQ/ÉRASME, 2006

### 4.3 La qualité de l'accueil

- L'Alternative accorde beaucoup d'importance à la chaleur humaine, beaucoup d'attention à la dimension humaine des rapports, à la capacité de communiquer les uns avec les autres.
- L'Alternative accueille la souffrance et ne cherche pas seulement à la médicaliser, à l'assommer. Elle tente de créer les conditions permettant de vivre avec cette souffrance et de faire en sorte qu'elle devienne une source d'enrichissement, non seulement pour les personnes qui ont à la vivre, mais également pour leur entourage.
- L'Alternative contribue à créer un lieu et un sentiment d'appartenance parce qu'il n'y a pas de jugement porté sur les personnes. Les préjugés, c'est ailleurs que ça se passe !
- L'Alternative fait en sorte de rendre les contacts beaucoup plus directs avec les personnes avec lesquelles on a à travailler (que ce soit avec les collègues ou avec les personnes intervenantes).
- L'Alternative tente d'éviter le plus possible la hiérarchie, la bureaucratie, les rapports de domination entre l'ensemble des personnes impliquées dans la ressource.

### 4.4 L'entraide, valeur commune de l'Alternative

- L'Alternative affirme que l'entraide est une valeur commune faisant partie intégrante de la philosophie des ressources membres du RRASMQ.
- L'Alternative perçoit l'entraide comme une démarche de responsabilisation et d'actualisation de soi. L'entraide engendre l'estime de soi, la motivation, l'épanouissement personnel qui donnent un sens à la vie.
- L'Alternative doit avoir comme orientation de créer des lieux, des temps et des espaces pour permettre l'émergence et la survie de l'entraide. Les ressources alternatives reconnaissent que cette notion est non seulement une valeur en soi mais aussi un processus, une démarche, une dynamique en constante évolution. Les ressources accordent une grande importance à la diversité, la valorisation et la richesse des expériences de chacune des ressources au sein du RRASMQ.
- L'Alternative valorise l'entraide, le partage d'expériences, la coopération et la solidarité entre personnes qui possèdent un même vécu humain. Tout en encourageant l'affirmation de soi et le développement d'un esprit critique, le RRASMQ s'oppose à la notion de compétition malsaine et d'abus de pouvoir (*powertrip*).

- L'Alternative considère les notions d'échange et de partage comme parties intégrantes de l'entraide et accorde une importance significative à la gratuité du geste.
- L'Alternative reconnaît que les expériences de souffrance (détresse émotionnelle, hospitalisation, difficulté d'être, etc.), comme les expériences positives (capacité d'être, reprise du pouvoir sur soi, plaisir de vivre, etc.), constituent des formes de savoir utiles aux autres et doivent être mises à profit.
- L'Alternative réaffirme que l'entraide est une valeur commune essentielle à l'émergence d'une solidarité non seulement entre les individus, mais aussi entre les ressources afin de créer et de consolider les liens entre les groupes membres du RRASMQ.

#### **4.5 Des ressources à « taille humaine »**

- Les ressources alternatives veulent demeurer à « taille humaine », c'est-à-dire des petites ressources où l'on n'accueille pas un trop grand nombre de personnes à la fois et où il est plus facile d'avoir accès à la communication, à la participation.
- Les ressources alternatives veulent demeurer souples, en constante évolution, c'est-à-dire qu'elles se remettent perpétuellement en question selon les circonstances, les événements, la clientèle.
- Les ressources alternatives manifestent une grande capacité d'adaptation.
- Les ressources alternatives veulent conserver des structures administratives extrêmement légères ce qui, en général, facilite la souplesse de travail, le changement et la capacité de s'adapter à ce qui se présente.
- Les ressources alternatives sont des lieux où la qualité importe plus que la quantité (ce qui ne signifie pas nécessairement de plus petits budgets).

#### **4.6 Des ressources imbriquées dans la communauté**

- Les ressources alternatives ont une identité indissociable à une appartenance communautaire; ceci signifie l'implication des ressources et de leurs membres dans leur communauté, auprès des autres groupes sociaux. Cette implication prend la forme de pratiques d'information et d'éducation populaire ainsi que de promotion de la réappropriation individuelle et collective du pouvoir.
- Les ressources alternatives cherchent à tisser des liens multiples et variés avec la communauté où elles sont implantées, évitant la reproduction de l'asile dans la communauté.



- Les ressources alternatives se veulent partie prenante des défis vécus par les communautés locales, témoignant ainsi des contributions précieuses que peuvent apporter les personnes usagères et intervenantes à leur communauté.

#### **4.7 Des ressources engagées socialement et politiquement**

- Les ressources alternatives ont la responsabilité d'intervenir dans la société où elles évoluent.
- Les ressources alternatives se doivent de lutter contre les préjugés.
- Les ressources alternatives doivent s'impliquer dans les luttes sociales plus globales, en particulier dans la lutte pour l'élimination de la pauvreté.
- Les ressources alternatives doivent constamment remettre en question le pouvoir psychiatrique et toutes les formes de domination et d'aliénation.

#### **Nous affirmons:**

*Que l'ensemble des caractéristiques mentionnées ci haut : une conception globale de la personne, la qualité de l'accueil, la ré-appropriation du pouvoir, l'entraide valeur commune de l'Alternative, des ressources à taille humaine, des ressources imbriquées dans la communauté, des ressources engagées socialement et politiquement, constitue les principaux éléments de la philosophie commune des ressources membres du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec.*

### **5. Questionnements communs**

Les personnes participantes aux congrès d'orientation de 1991 et de 1998 ont clairement indiqué que tout ne fait pas consensus au sein de notre regroupement, qu'il existe des «zones grises», des aspects de notre réalité que nous nous devons d'approfondir davantage.

Mais, du même souffle, ces congrès ont indiqué que les ressources alternatives sont en mesure d'assumer collectivement ces questionnements. En voici quelques-uns :

#### ***Les rapports «égalitaires»***

Toute la question des rapports égalitaires entre personnes intervenantes et usagères. Nous sommes égaux en tant qu'êtres humains, mais dans des ressources qui veulent offrir une aide et une certaine réponse à la souffrance émotionnelle, il ne faut pas nier les différences qui existent entre personnes

usagères et intervenantes (professionnels ou aidants naturels). Plusieurs ateliers ont dit être capable de vivre avec ces différences. Plusieurs ont également souhaité nommer différemment les rapports entre personnes intervenantes et usagères.

Les ressources membres du Regroupement respectent la valeur de l'égalité (dans le sens d'un respect mutuel, de la confiance et de la dignité) en adoptant un modèle de gestion participative, c'est-à-dire où les personnes salariées et les personnes usagères ont accès à une réelle participation et non uniquement à une consultation.

### *La présence des personnes usagères au conseil d'administration de certaines ressources*

Il s'agit plus particulièrement des ressources d'intervention thérapeutique, d'hébergement, de services divers, d'intervention de crise. Est-ce que des personnes «usagères de service» y siègent juste parce qu'il s'agit d'un critère du Regroupement mais que ça n'a rien à voir avec la réalité? Est-ce réaliste de poser cette exigence?

### *Les critères d'admission dans notre regroupement*

Exemple: Est-ce qu'on peut vivre avec des ressources qui ont sur leur conseil d'administration des personnes représentantes du réseau ou des gens qui travaillent dans le réseau. Est-ce qu'on irait jusqu'à accepter des ressources intermédiaires si on pousse la logique jusqu'au bout?

### *Des ressources dites à « taille humaine »*

La notion de «taille humaine», la mesure de l'accueil d'un «pas trop grand nombre de personnes à la fois» ou ce que seraient «des structures administratives légères» sont des critères relatifs, difficiles à appliquer. Devrions-nous établir des limites à la croissance de nos ressources (nombre de points de service ou de programmes)? Faut-il décréter une limite au nombre de personnes usagères qui peuvent être accueillies dans une ressource alternative? Certaines formes d'administration doivent-elles être proscrites par l'alternative?

*Le RRASMQ entend assumer ces questionnements dans un esprit de recherche, d'approfondissement et de partage des expériences.*