

Principal SPARKie: Elizabeth Anderson

While the SPARK journey of Elizabeth Anderson may have started with a colourless vague sketch of what she wanted, her story continues to be the work of an artistic masterpiece. As the founder of Being Mentally Healthy.com, Elizabeth is now a seasoned professional speaker.

By: | Posted: August 5, 2020

Parfois, pour convaincre quelqu'un de s'inscrire à un programme de formation, une invitation par courriel suffit

Le parcours SPARK d'Elizabeth Anderson a peut-être commencé par une vague esquisse en noir et blanc de ce qu'elle voulait, mais son histoire continue d'être le travail d'un chef-d'œuvre artistique. Fondatrice de BeingMentallyHealthy.com (que l'on peut traduire comme Avoir une bonne santé mentale.com), Elizabeth est maintenant conférencière professionnelle d'expérience. Elle commence sa carrière il y a plus de trente ans à Society of Alberta, Calgary branch. Aujourd'hui conférencière au Bureau des Conférenciers du Canada et membre de la Canadian Association of Professional Speakers, elle a reçu beaucoup de reconnaissance pour son travail, y compris le prix True Grit, le cercle du lieutenant-gouverneur sur la santé mentale et la toxicomanie. Lt. Governor's Circle on Mental Health and Addictions et le prix Inspiring Albertan de CTV. Elizabeth rêve d'inspirer l'espoir du rétablissement à ceux qui vivent avec une maladie mentale grâce à leur propre vécu. Le [Programme d'application des connaissances SPARK](#) a été une étape importante dans ce parcours.

Profile du SPARKie

Nom : Elizabeth Anderson

Organisation : Being Mentally Healthy (Avoir une bonne santé mentale)

Année SPARK : 2017

« The ABCs of Being Mentally Healthy »

Avant de poser sa candidature à SPARK, Elizabeth cherchait à transformer son livre de coloriage pour adultes, *The ABCs of Being Mentally Healthy* (© 2017), en une offre de formation pour une expérience de rétablissement plus complète. Dans les propres mots d'Elizabeth, « Les données manquent cruellement dans le domaine des soins primaires et autres domaines de santé sur le rétablissement dans la vraie vie du point de vue du vécu ». Elle a intitulé sa formation « *Prenez le vent : cartographiez votre propre rétablissement* », avec la vision globale des [principes de rétablissement](#) à enseigner dans les soins aigus et autres milieux thérapeutiques pour les personnes qui ont commencé leurs soins. SPARK lui a donné une toile vierge pour sa création et concrétiser ses rêves.

SPARK pour l'innovation

Pour Elizabeth, SPARK n'aurait pas pu mieux tomber. Elle avait besoin de formation en application des connaissances (AC) pour soutenir la transformation de son livre de coloriage en formation, pour qu'il puisse servir efficacement dans un contexte de rétablissement. Cependant, sa trajectoire à la réussite n'a pas été sans heurts. Après avoir reçu le courriel contenant le lien pour s'inscrire à SPARK en 2016, tout ne s'est pas déroulé comme prévu pour Elizabeth. « Je n'ai pas été retenue la première fois. J'ai reposé ma candidature l'année suivante et ai enfin été acceptée ».

Elle avait créé son livre de coloriage cette année-là, mais Elizabeth a eu de la difficulté à le mettre en œuvre dans le contexte thérapeutique qu'elle espérait atteindre. Une tentative précédente de présenter son idée de formation à des professionnels du monde médical n'avait pas abouti. « Ils ne pouvaient pas voir ma vision ». Elle avait besoin de formation en AC pour l'aider à transférer ses connaissances en formation pratique que des professionnels du monde médical adopteraient.

SPARK pour la mise en œuvre

Pendant la séance d'été 2017 de SPARK, Elizabeth a reçu les outils dont elle avait besoin pour mettre en œuvre son innovation. En apprenant le processus de planification AC, Elizabeth a pu gérer son projet et soutenir sa création. Elle a aussi trouvé une communauté pendant son atelier SPARK dans les autres participants au programme. Cette communauté a été très importante à son processus global : « c'était un excellent groupe de personnes qui faisaient quelque chose de créatif avec leur santé mentale. » Elle était encouragée parce que cela lui montrait que « beaucoup de personnes se soucient de la santé mentale ».

Elizabeth s'est aussi servie du modèle SBARA (un acronyme anglais désignant Situation – Contexte – Évaluation Recommandations – Demande) du programme pour l'aider à parler de sa formation et de ses bienfaits de façon que les professionnels du monde médical soient certains qu'elle parle la même langue qu'eux.

SPARK a donné à Elizabeth la capacité d'esquisser un plan logique et une vision à continuer de développer pour apporter les dernières touches à son innovation. **Lorsqu'on lui demande les conseils qu'elle donnerait à ceux qui envisagent de poser leur candidature au programme SPARK, Elizabeth répond avec enthousiasme : « Je leur dirais de poser leur candidature! »**

Où est Elizabeth aujourd'hui?

Ne manquez pas la prochaine partie de son histoire! Elizabeth s'est servie de SPARK comme toile vierge pour créer et mettre en place sa vision. Pour Elizabeth, « vous ne savez jamais ce que vous pouvez créer » à moins de prendre votre crayon et de commencer à esquisser un plan.

Mental Health Commission of Canada

<https://mentalhealthcommission.ca/>
350 Albert Street, Suite 1210 Ottawa ON K1R 1A4
Tel: 613.683.3755 | Fax: 613.798.2989
mhccinfo@mentalhealthcommission.ca