

# Lignes directrices relatives à la pratique du soutien par les pairs et à la formation de pairs aidants

Le soutien par les pairs se manifeste quand une personne ayant un vécu expérientiel de la maladie mentale ou qui en a affronté les défis est en processus de rétablissement et vient en aide à une autre se trouvant dans une situation semblable. Cette expérience qu'elles ont en commun peut être associée à leur propre santé mentale ou, encore, à celle d'un proche.

La stratégie en matière de santé mentale pour le Canada, *Changer les orientations, changer des vies*, reconnaît que le soutien par les pairs apporte un soutien social aux personnes ayant une maladie mentale ou qui en affrontent les défis. Ce mode d'intervention contribue à améliorer la qualité de vie tout en atténuant l'impact de la maladie mentale causé, par exemple, par le séjour prolongé en milieu hospitalier. La publication de lignes directrices et des normes de pratique en matière de soutien par les pairs contribuera à promouvoir le soutien par les pairs à titre de composante essentielle d'un système de santé mentale transformé et à en faciliter l'accès.

La Commission de la santé mentale du Canada a récemment publié des lignes directrices relatives à la pratique du soutien par les pairs et à la formation de pairs aidants. Ces lignes directrices en deux volets, élaborées en collaboration avec des pairs aidants de partout au pays, décrivent le rôle de soutien empreint d'empathie des pairs aidants qui vise à susciter l'espoir et l'appropriation du pouvoir d'agir et à favoriser le rétablissement.

Les *Lignes directrices relatives au soutien par les pairs - volet pratique* décrivent les éléments clés du soutien par les pairs, les valeurs et les principes régissant ce mode d'intervention ainsi que la planification de programmes de soutien par les pairs. Elles précisent en outre les habiletés et compétences nécessaires à sa pratique.

Les *Lignes directrices relatives au soutien par les pairs - volet formation* décrivent les habiletés et compétences que doivent enseigner les programmes de formation du soutien par les pairs.

Le soutien par les pairs peut se manifester dans des situations et contextes de toutes sortes. Les lignes directrices visent essentiellement les situations où le soutien par les pairs est offert dans un cadre structuré et en complément des services habituels.

Ces lignes directrices sont destinées aux pairs aidants en poste ou en devenir à qui elles serviront à des fins de perfectionnement ou de formation. Nous invitons les gestionnaires à les consulter dans leur démarche de développement ou d'amélioration de programmes de soutien par les pairs dans leur milieu de travail.

Pour télécharger une copie des lignes directrices ou pour en apprendre davantage au sujet des réalisations de la Commission de la santé mentale en matière de soutien par les pairs, rendez-vous au [www.mentalhealthcommission.ca/Francais/issues/peer-support](http://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/issues/peer-support)

« Le soutien par les pairs fonctionne parce que les personnes ayant eu un trouble mental ou une maladie mentale peuvent apporter soutien, encouragement et espoir à d'autres personnes lorsque celles-ci doivent affronter des situations similaires. Le soutien par les pairs peut être dispensé partout où les personnes en ont besoin : dans des organismes gérés par les pairs, dans les milieux de travail, dans les écoles ou dans les établissements de soins de santé. »

*Changer les orientations, changer des vies – Stratégie en matière de santé mentale pour le Canada*

BUREAU DE CALGARY  
110 Quarry Park Boul SE  
Bureau 320  
Calgary, AB T2C 3G3

Tél : 403-255-5808  
Télé : 403-385-4044

[www.commissionstantementale.ca](http://www.commissionstantementale.ca)

BUREAU D'OTTAWA  
100, rue Sparks  
Bureau 600  
Ottawa, ON K1P 5B7

Tél : 613-683-3755  
Télé : 613-798-2989



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

