



Commission de  
la santé mentale  
du Canada

Mental Health  
Commission  
of Canada



**Consulter les personnes ayant  
un savoir expérientiel passé ou  
présent de la maladie mentale :  
conseils consultatifs de la CSMC**



La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) reconnaît l'importance de veiller à ce que ses programmes et ses politiques s'appuient sur les connaissances de personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent de la maladie mentale et de l'usage de substances.

Leur contribution apporte une diversité de perspectives à notre travail, enrichit notre organisation et mène à un travail plus efficace et de meilleure qualité. En 2008, la CSMC a mis en place deux conseils consultatifs, le [Conseil des jeunes et le Groupe couloir](#), pour intégrer au travail de la CSMC le point de vue des personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent.

# Aperçu des conseils consultatifs de la CSMC

## Conseil des jeunes

En 2008, la CSMC a mis sur pied le Conseil des jeunes dans le but d'offrir une plateforme aux personnes âgées de 18 à 30 ans ayant une expérience personnelle de la maladie mentale ou de l'usage de substances. Le Conseil des jeunes joue un rôle crucial dans l'orientation stratégique et les activités opérationnelles des programmes, des projets et des politiques de la CSMC, et offre le point de vue de ces personnes sur la santé mentale et le rétablissement. Pour s'assurer que les politiques et les pratiques de la CSMC répondent aux besoins des jeunes, les membres du Conseil des jeunes participent activement à des activités et à des échanges sur la santé mentale qui ont lieu partout au pays.

## Groupe couloir

En 2009, dans le cadre du programme de lutte contre la stigmatisation, Changer les mentalités, la CSMC a créé le Groupe couloir. Composé de personnes âgées de 30 ans et plus ayant un savoir expérientiel passé ou présent, ce groupe assure un leadership dans plusieurs domaines, de la base jusqu'au niveau du système, et nous éclaire sur la lutte contre la stigmatisation liée à la santé mentale et à l'usage de substances dans les communautés. Le nom du groupe reflète sa mission : porter les conversations essentielles qui ont lieu dans les couloirs jusqu'aux tables de décision. Le Groupe couloir, qui s'appuie sur une expertise dépassant le domaine traditionnel de la santé mentale, conseille la CSMC sur les initiatives stratégiques, les projets et les domaines prioritaires. De plus, le groupe cerne les questions importantes qui doivent être portées à l'attention de la CSMC. Il entreprend des activités visant à améliorer la vie des personnes touchées par la maladie mentale et l'usage de substances, et donne un aperçu des perspectives des contributeurs.

Les membres des deux conseils représentent une population très variée, tant du point de vue géographique que des origines ethniques et culturelles, de l'identité sexuelle et de genre, que de la formation et de l'expérience professionnelle, ce qui garantit à la CSMC que ses engagements reposent sur des valeurs organisationnelles essentielles, à savoir l'équité, la diversité et l'inclusion.



## Participation inclusive : accorder la priorité à la diversité et l'accessibilité au sein des conseils consultatifs de la CSMC

La CSMC est consciente que les personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent peuvent se heurter à des obstacles qui les empêchent de participer aux travaux des conseils, d'y contribuer et de s'y engager. Afin d'aider les membres des conseils à participer sur un pied d'égalité, nous offrons les soutiens suivants :

- Pour que chaque membre puisse participer à une foule d'activités lui étant profitable, nous offrons des honoraires et remboursons les dépenses pertinentes. Les honoraires sont un moyen de reconnaître l'expertise des membres et de les remercier du temps investi.
- Nous incitons les personnes en situation de handicap à se joindre aux conseils consultatifs et nous leur proposons des mesures d'adaptation au meilleur de nos capacités.
- Nous répondons activement aux besoins des membres, dans la mesure du possible, lorsqu'ils se déplacent pour assister à des réunions ou à des activités en personne.

# Représentation inclusive : la CSMC produit une adaptation du continuum de l'IAP2

Après des années de collaboration avec le Conseil des jeunes et le Groupe couloir, nous avons entendu dire que les membres souhaitaient participer davantage aux travaux de la CSMC. Ils ont exprimé le souhait de participer à l'élaboration des projets, de collaborer à nos initiatives et de les influencer.

Pour garantir une représentation des membres du conseil, un projet pilote de deux ans a été mis en œuvre en utilisant le continuum de la participation publique de l'Association internationale pour la participation du public (IAP2). Une adaptation du continuum de l'IAP2 a été mise au point en collaboration avec les membres du Conseil consultatif afin de refléter la manière dont les personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent participent aux travaux de la CSMC. Pendant toute la durée du projet pilote de deux ans, nous avons effectué un suivi des possibilités de participation et invité les membres de notre conseil à participer au processus décisionnel, ce qui nous a permis de tirer parti de leurs conseils, de leur expertise et de leurs champs d'intérêt. Grâce à cette approche, les membres du Conseil ont davantage fait confiance à la CSMC, la crédibilité de la CSMC s'est accrue auprès des membres et nous avons amélioré la qualité de nos décisions, accru la transparence de notre organisation et tissé des relations plus solides.

Le continuum de l'IAP2 décrit les différents niveaux de participation du public aux processus décisionnels. Il propose un cadre souple et adaptable pour mobiliser les intervenants à différentes étapes, les informer d'une décision et les encourager à participer activement au processus. Le continuum valorise l'inclusion de tous les contributeurs et permet de s'assurer que leurs voix sont entendues et prises en compte.

## Adaptation du continuum de l'IAP2 par la CSMC

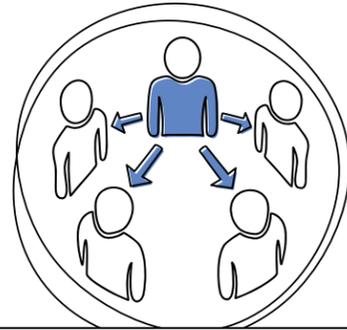
Voici une adaptation du continuum, divisée en deux grandes catégories : objectif et participation. La catégorie des objectifs décrit les objectifs à chaque niveau du continuum du point de vue des personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent. La catégorie relative à la participation fait état des attentes des employés qui désirent inviter des personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent à leurs projets ou initiatives.



# Adaptation du continuum de l'IAP2

Incidence croissante sur la décision

1



**Informer**

**But**

Transmettre des connaissances pertinentes sur la CSMC aux membres du conseil consultatif.

**Engagement**

Informar les membres du conseil consultatif et enrichir leur base de connaissances.

**Exemples**

Participation à des conférences, échange d'information et de nouvelles par courriel, lors de réunions, par l'intermédiaire du site Web ou de l'infolettre, etc.

2



**Consulter**

**But**

Inviter les membres du conseil consultatif à formuler des commentaires sur les projets.

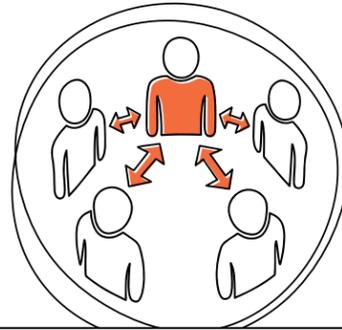
**Engagement**

Accueillir la rétroaction des personnes ayant un savoir expérientiel passé et présent et intégrer leurs points de vue aux processus décisionnels.

**Exemples**

Participation à des discussions de groupe, rétroaction concernant les ressources, les documents, les demandes de propositions, etc.

3



**Faire participer**

**But**

Engager de multiples discussions de façon régulière avec les membres du conseil consultatif et tenir ceux-ci informés tout au long du processus d'engagement.

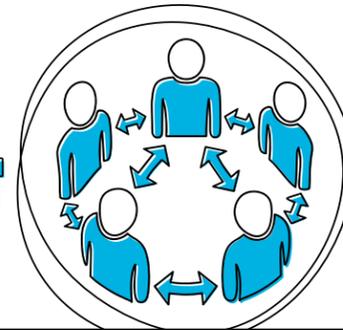
**Engagement**

Tenir compte des commentaires reçus pour orienter les résultats d'un projet.

**Exemples**

Contribution aux webinaires, au sein de groupes de discussion et de comités consultatifs dédiés à des projets particuliers, etc.

4



**Collaborer**

**But**

Collaborer avec les membres du conseil consultatif dans le cadre d'une prise de décision partagée.

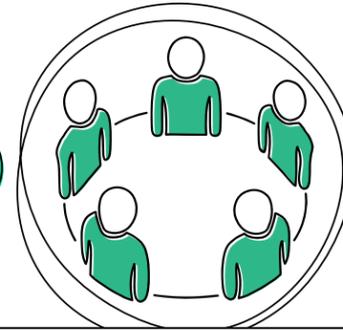
**Engagement**

Élaborer les projets conjointement avec les membres du conseil consultatif.

**Exemples**

Création de contenu, planification de séances pour des conférences, planification stratégique.

5



**Autonomiser**

**But**

Accorder une autonomie totale aux membres du conseil consultatif en ce qui concerne l'initiative.

**Engagement**

Mettre en œuvre les décisions en leur accordant des ressources et un soutien complets.

**Exemples**

Élaboration de produits de connaissances, d'un projet mené par le conseil consultatif.

# L'intérêt de collaborer avec des personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent

## **Perspectives diverses**

Les expériences vécues permettent de comprendre les défis, les besoins et les nuances de la vie réelle dans une situation donnée.

## **Authenticité**

En tant qu'expertes de leur propre expérience vécue, les personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent peuvent témoigner avec authenticité de leur vécu avec une maladie mentale ou un problème d'usage de substances. Cette authenticité contribue à établir la confiance et la crédibilité et améliore la qualité de l'échange de connaissances au sein d'une communauté.

## **Autonomisation**

La participation des personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent est une source d'autonomisation, car cela leur offre un espace où elles peuvent raconter leurs histoires et parler de leurs points de vue et contribuer à la prise de décision.

## **Réduction de la stigmatisation**

Le fait de parler des expériences personnelles peut contribuer à remettre en question les préjugés et les stéréotypes.

## **Amélioration de la collaboration**

La cocréation peut déboucher sur des solutions innovantes et sur un processus décisionnel plus inclusif et mieux éclairé.

## **Plaidoyer et sensibilisation**

Les personnes ayant un savoir expérientiel passé ou présent qui plaident en faveur du changement peuvent contribuer à sensibiliser l'opinion publique et à l'influencer positivement.



# Considérations essentielles pour susciter efficacement la participation des personnes ayant un savoir expérimentiel passé ou présent

## Mobilisation à un stade précoce

En sollicitant l'avis des membres du conseil consultatif dès le début, vous pouvez répondre à leurs préoccupations et intégrer leurs précieux commentaires dans les étapes de planification de votre travail. En engagement précoce favorise un sentiment de partenariat dans le processus de prise de décision.

## Niveaux de mobilisation de l'IAP2

Lorsque vous sollicitez l'avis des membres du conseil consultatif, indiquez le niveau de participation que vous souhaitez obtenir. Cela permet de formuler clairement ce qui leur est demandé (veuillez consulter le continuum de l'IAP2 en page 3).

## Séance d'information au début de la période de participation

Organisez une séance d'information au début de la période de participation afin de donner aux membres du conseil un aperçu des exigences du projet, de distribuer les documents déjà lus, de définir les objectifs, de synchroniser les attentes et de veiller à ce que tout le monde ait une même compréhension des résultats attendus et du rôle de chaque membre du conseil consultatif concerné. Cette séance vise à mettre les choses en contexte et à confirmer la disponibilité des membres pour les différentes activités prévues, en tenant compte des différents fuseaux horaires. En outre, il est essentiel de communiquer le montant des honoraires qui seront versés aux participants.





### **Écoute active**

Créez un environnement dans lequel les gens se sentent à l'aise de témoigner de leur vécu. Reconnaissez les contributions personnelles en prenant le temps d'écouter attentivement, avec empathie et sans jugement, les histoires et les apports de chacun.

### **Communiquer clairement et dans un langage simple**

Évitez les acronymes et le langage technique que les membres du conseil consultatif pourraient ne pas connaître. Lorsque vous présentez des sujets qui n'ont jamais été abordés devant le conseil, fournissez un contexte et des explications pour en faciliter la compréhension. Il est également recommandé d'inclure un avertissement lorsque le contenu qui est communiqué est susceptible de susciter une forte réaction émotionnelle chez certaines personnes.



### **Tenir les membres informés**

Une fois que les membres du conseil consultatif ont participé à vos efforts, tenez-les informés de l'évolution du projet ou des étapes franchies, en leur indiquant comment et où leur contribution a été prise en compte. Cette approche permet de maintenir l'interaction tout en favorisant l'établissement de rapports et d'une confiance continus.

### **Expression et terminologie**

Parlez à la première personne et évitez tout langage stigmatisant. La ressource [Les choix des mots est important](#) fournit un contexte sur la manière d'utiliser le langage pour combattre la stigmatisation liée à la maladie mentale.

*«L'utilisation du cadre de l'IAP2 a changé la donne pour moi en ce qui concerne la façon dont je participe aux projets de la CSMC et aux occasions offertes par la CSMC. Avant d'intégrer ce cadre, je n'étais souvent pas certaine de ce à quoi je m'engageais lorsque je me portais volontaire pour un projet. Aujourd'hui, grâce à la structure et aux conseils fournis par l'IAP2, je suis beaucoup plus confiante en ma capacité à participer efficacement et à contribuer à la hauteur de mes compétences et de mes intérêts».*

— Myriam Lecousy, ancienne coprésidente du Conseil des jeunes

*«J'utilise le cadre de l'IAP2 depuis plus de cinq ans et je trouve que c'est un moyen facile de savoir comment participer à mon travail. J'aime vraiment savoir d'emblée à quoi m'attendre quand je participe à des projets de la CSMC. Grâce au cadre de l'IAP2, je peux décider si j'ai le temps de participer ou si j'en ai envie».*

— Anita David, coprésidente, Groupe couloir

## Remerciements

Nous remercions les membres du Groupe couloir et du Conseil des jeunes, ainsi que le personnel dévoué de la Commission de la santé mentale du Canada, qui nous ont fait part de leur point de vue et ont procédé à des examens approfondis au cours de l'élaboration de ce produit de connaissance. Leurs contributions ont été déterminantes dans le cadre de l'élaboration de ce produit.



Commission de  
la santé mentale  
du Canada

Mental Health  
Commission  
of Canada



*Avec le financement de*

Santé  
Canada

Health  
Canada

---

Commission de la santé mentale du Canada

350, rue Albert, bureau 1210  
Ottawa, ON K1R 1A4

Tél. : 613 683-3755  
Télééc. : 613 798-2989

[@CSMC\\_MHCC](#) [/theMHCC](#)

[/1MHCC](#) [@theMHCC](#) [@theMHCC](#)

[/Commission de la santé mentale du Canada](#)

[infocsmc@commissionsantementale.ca](mailto:infocsmc@commissionsantementale.ca)

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