

Le concept de rétablissement en santé mentale

L'ensemble des actions prioritaires retenues pour transformer les services de santé mentale devraient être réalisées dans une perspective visant le rétablissement des personnes atteintes de problèmes de santé mentale et soutenant l'appropriation de leur pouvoir.¹

Le rétablissement n'est pas nécessairement synonyme de guérison. En santé mentale, on considère qu'une personne est rétablie lorsqu'elle reprend le contrôle de sa vie et de sa maladie plutôt que de se laisser contrôler par la maladie. Pour bien des gens, c'est une façon de mener une vie satisfaisante et productive, malgré les symptômes ou les incapacités permanentes engendrés par la maladie. Pour d'autres, le rétablissement signifie la réduction ou la rémission complète des symptômes.

Dans l'approche visant le rétablissement, les droits des personnes aux prises avec un problème de santé mentale occupent une place centrale. On insiste ainsi pour reconnaître à chaque personne :

1. le droit d'avoir ses propres objectifs personnels et de faire ses choix de vie ;
2. le droit de participer à l'élaboration de son plan de services individualisé (PSI) ;
3. le droit de recevoir de l'information sur sa maladie et sur les effets secondaires de la médication ;
4. le droit de refuser des traitements ;
5. le droit d'être traitée avec respect, dignité et compassion.

Les services orientés vers le rétablissement se réfèrent à des services offerts directement dans le milieu de vie des personnes, déterminés en fonction de leurs objectifs personnels et fondés sur des relations égalitaires et de soutien. En mettant l'accent sur les droits et les responsabilités des personnes, le rétablissement transforme tout autant leur perception de soi que la façon dont les services sont prodigués.

Partout dans le monde, le concept du rétablissement et l'importance du pouvoir d'agir des personnes atteintes sont de plus en plus reconnus comme principes directeurs dans l'élaboration des systèmes de soins de santé mentale. En fondant son plan d'action sur ces principes, le Québec adopte une approche respectueuse de la personne et encourage sa participation à la société.

1. *Plan d'action en santé mentale 2005-2010 : La force des liens*, MSSS, 2005.