



Groupes de recherche  
sur l'inclusion sociale, l'organisation des services  
et l'évaluation en santé mentale

# EMILIA : UNE FORMATION VISANT LE DÉVELOPPEMENT DU POUVOIR D'AGIR CHEZ LES PERSONNES VIVANT AVEC UN PROBLÈME DE SANTÉ MENTALE. *ÉVALUATION D'IMPLANTATION.*

## Centre de recherche

sur les soins et les services de  
première ligne de l'Université Laval

Institut universitaire de  
santé et de services sociaux  
de première ligne



UNIVERSITÉ  
LAVAL

Michèle Clément

Annie Levesque

Audrey Bernard

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale

Québec 



# EMILIA :

une formation visant le développement du pouvoir d'agir chez les personnes vivant avec un problème de santé mentale. *Évaluation d'implantation.*

Rapport d'évaluation

Michèle Clément

Annie Levesque

Audrey Bernard

Centre de recherche sur les soins et les services de première ligne de l'Université Laval  
Institut universitaire de première ligne en santé et services sociaux  
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale Nationale

Avril 2018



# CONTRIBUTIONS

Direction scientifique	Michèle Clément, Chercheure d'établissement <sup>1</sup>
Collecte et analyse des données	Annie Levesque, Agente de planification, de programmation et de recherche <sup>2</sup> Audrey Bernard, Étudiante-chercheuse <sup>3</sup>
Rédaction du rapport	Michèle Clément, Chercheure d'établissement Annie Levesque, Agente de planification, de programmation et de recherche Audrey Bernard, Étudiante-chercheuse

# REMERCIEMENTS

La réalisation de cette évaluation d'implantation a été rendue possible grâce à la collaboration de personnes issues de divers milieux que nous tenons ici à remercier. En premier lieu, nos remerciements vont à tous les répondants de l'étude qui nous ont accordé leur confiance en acceptant de partager avec nous leur expérience de participation à la formation EMILIA. Nous désirons également témoigner notre reconnaissance à l'AGIR qui a sollicité notre équipe de recherche pour mener la réalisation de cette étude ainsi qu'envers les membres du comité de pilotage qui, en début de processus, ont contribué à orienter le processus d'évaluation. Cela a grandement alimenté nos réflexions. En terminant, nous ne pourrions passer sous silence la contribution du partenaire financier qui a permis la réalisation de cette étude, soit l'Agence de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale<sup>4</sup>.

Le présent document est disponible en version papier et électronique.

DÉPÔT LÉGAL : 2018

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

ISBN: 978-2-550-81156-5 (version PDF)

ISBN: 978-2-550-81155-8 (version imprimée)

---

1 Centre de recherche sur les soins et les services de première ligne de l'Université Laval, CIUSSS de la Capitale-Nationale.

2 Idem

3 Idem

4 Le financement a été reçu en 2015 avant la mise en œuvre de la *Loi modifiant l'organisation et la gouvernance du réseau de la santé et des services sociaux notamment par l'abolition des agences régionales*.



<b>1. Introduction</b> .....	<b>3</b>
<b>2. Description de la formation EMILIA</b> .....	<b>4</b>
2.1 L'approche pédagogique préconisée .....	4
2.2 Les modules de formation .....	4
2.3 L'animation de la formation EMILIA .....	4
2.4 Partenariat avec le Centre Louis-Jolliet .....	5
<b>3. Méthodologie</b> .....	<b>6</b>
3.1 Objectifs de l'évaluation .....	6
3.2 Collecte de données et analyse .....	6
<b>4. Implantation de la formation EMILIA</b> .....	<b>8</b>
4.1 Mise en contexte de l'implantation.....	8
4.2 Étapes de l'implantation de la formation EMILIA .....	12
4.3 Les défis de l'implantation.....	15
<b>5. L'expérience des participants</b> .....	<b>17</b>
5.1 Motivation à participer .....	17
5.2 Appréciation de la formation EMILIA.....	18
5.3 Difficultés rencontrées.....	23
5.4 Retombées pour les participants.....	24
<b>6. L'expérience des animateurs</b> .....	<b>29</b>
6.1 Motivation à devenir animateur.....	29
6.2 Appréciation de la formation des animateurs et de la communauté de pratique .....	29
6.3 Les défis de l'animation.....	30
6.4 Retombées pour les animateurs.....	32
<b>7. Les leçons à tirer de l'implantation</b> .....	<b>35</b>
7.1 Les éléments favorables à l'implantation .....	35
7.2 Perspectives de développement.....	36
<b>8. Conclusion</b> .....	<b>39</b>
<b>9. Annexes</b> .....	<b>40</b>
<b>10. Références</b> .....	<b>44</b>

# LISTE DES ILLUSTRATIONS

## TABLEAUX

Tableau 1. Thèmes explorés lors de la collecte de données .....	6
Tableau 2. Résumé de la collecte de données.....	7
Tableau 3. Représentation de la formation des animateurs.....	13
Tableau 4. Modules de formations dispensés .....	14
Tableau 5. Représentation des modules de formation EMILIA offerts dans sa version européenne originale .....	40
Tableau 6. Représentation des étapes de l’implantation de la formation EMILIA .....	41

## LISTE DES ACRONYMES

<b>AGIR</b>	Alliance des groupes d’intervention pour le rétablissement en santé mentale
<b>CLJ</b>	Centre Louis-Jolliet
<b>DPA</b>	Développement du pouvoir d’agir
<b>ENTER Mental Health</b>	European Network for Training Evaluation and Research in Mental Health
<b>MEES</b>	Ministère de l’Éducation et de l’Enseignement supérieur
<b>OCSM</b>	Organismes communautaires québécois en santé mentale
<b>RRNISMQ</b>	Regroupement des ressources non institutionnelles en santé mentale de la région de Québec

EMILIA est une formation offerte par différents organismes communautaires de la région de Québec à des personnes ayant vécu un problème de santé mentale<sup>5</sup>. Elle inclut différents modules thématiques, tels que le rétablissement, le réseau social, la stigmatisation et les forces.

EMILIA a été implanté à l'hiver 2015 dans la région de Québec et sa mise en œuvre a été portée par l'*Alliance des Groupes d'Intervention pour le Rétablissement en santé mentale* (AGIR) et ses membres, en collaboration avec le Centre d'éducation des adultes Louis-Jolliet (CLJ). Cette formation tire son inspiration de la version européenne, implantée en 2005 sous forme d'une recherche-action par ENTER Mental Health (European Network for Training Evaluation and Research in Mental Health).

Nous présentons dans ce rapport, les résultats de l'évaluation d'implantation, dont la formation EMILIA a fait l'objet. On trouvera d'abord une description d'EMILIA, suivie de la méthodologie de la recherche. Par la suite, les résultats de l'étude seront présentés en trois sections distinctes. La première porte sur l'implantation, incluant la mise en contexte, les étapes et les défis rencontrés. La deuxième section explore quant à elle l'expérience des participants et, la troisième concerne l'expérience des animateurs. Enfin, le rapport se conclut sur les leçons à tirer de l'implantation d'EMILIA ainsi que sur des perspectives de développement pour améliorer son fonctionnement.

---

5 Dans la suite de ce document, nous utiliserons l'appellation « participants » pour désigner les personnes ayant un vécu lié à un problème de santé mentale et qui participent à la formation EMILIA.

## 2. DESCRIPTION DE LA FORMATION EMILIA

La formation EMILIA est offerte dans différents organismes communautaires en santé mentale de la région de Québec. Elle se situe au croisement de deux champs d'expertise : l'intervention communautaire en santé mentale et l'éducation. EMILIA s'inscrit également dans la montée du paradigme du rétablissement, par le biais, notamment, d'une approche centrée sur le développement du pouvoir d'agir (DPA)<sup>6</sup>. Ce qui lui est spécifique est qu'elle vise l'apprentissage à partir d'exercices réflexifs dont la matière première est l'expérience des personnes. Il est souhaité que les participants en arrivent à poser un regard critique sur cette expérience et que cela suscite chez eux des prises de conscience. L'objectif étant ultimement, par cette prise de conscience, de favoriser le développement du pouvoir d'agir et le rétablissement des personnes.

### 2.1 L'APPROCHE PÉDAGOGIQUE PRÉCONISÉE

La formation EMILIA s'appuie sur une approche de pédagogie active, c'est-à-dire une construction dynamique du savoir à travers laquelle l'apprenant est acteur de ses apprentissages. Dans chaque module de formation, la théorie représente 20% du contenu, alors que les exercices, les discussions et les échanges en groupe en constituent 80%.

Plusieurs exercices demandent aux participants de revisiter leur expérience passée, tant les plus difficiles que celles qui sont positives, afin d'utiliser ces expériences pour « aller de l'avant ». Les apprentissages peuvent se faire tant à partir de l'expérience des autres participants que de la transformation de son propre vécu.

### 2.2 LES MODULES DE FORMATION

Si la version originale européenne d'EMILIA comprend 16 modules de formation variant entre 4 et 24 heures (voir annexe 1), la version québécoise n'en comprend pour le moment que cinq<sup>7</sup>, soit 1) La formation des animateurs<sup>8</sup>; 2) Développement du pouvoir d'agir et rétablissement; 3) Construire sur ses forces; 4) Activer son réseau de soutien social; et 5) La stigmatisation. Les participants à la formation EMILIA ont la possibilité de choisir le ou les modules qui conviennent à leurs besoins et à leur cheminement personnel, ainsi que l'organisme communautaire dans lequel ils désirent poursuivre leur formation. Chaque module de formation est généralement réparti en bloc de 3 heures (une demi-journée). Les groupes quant à eux se composent d'environ dix personnes.

### 2.3 L'ANIMATION DE LA FORMATION EMILIA

Dans chaque organisme communautaire impliqué, la formation EMILIA est animée conjointement par un intervenant provenant de cet organisme et par une personne ayant un savoir expérientiel en lien avec le problème de santé mentale<sup>9</sup>. Ces animateurs ne se présentent pas comme des intervenants, mais plutôt comme des accompagnateurs pour les participants. En prenant cette posture, les animateurs participent aux exercices au même titre que les autres participants et sont eux aussi impliqués dans le dévoilement de leur vécu. Aussi, ils accordent une grande importance à l'accueil des participants dans une atmosphère de détente et d'ouverture. Il est établi que cette disposition est un préalable à une participation de qualité.

- 6- La définition du DPA selon Y. Le Bossé (2008) est ici mise de l'avant. Selon ce dernier, le DPA signifie que la personne choisit de s'impliquer dans une démarche de changement, dont la nature et les orientations sont déterminées par elle-même. Cette démarche implique une perspective d'affranchissement, c'est-à-dire le dépassement des difficultés considérées comme des obstacles aux changements visés.
- 7- D'autres modules seront éventuellement développés. D'ailleurs, au moment de l'écriture du présent rapport, un sixième module, s'intitulant « Les voix puissantes », était en cours d'implantation au sein des organismes participants. Il consiste à former et outiller les personnes à devenir représentant et porte-parole dans leurs milieux.
- 8- Comme son nom l'indique, ce module est offert uniquement aux personnes qui désirent devenir animateurs des formations EMILIA.
- 9- Dans les suites de ce rapport, pour distinguer les deux types d'animateurs nous utiliserons les expressions « animateur ayant une expérience d'intervention » et « animateur ayant un vécu expérientiel ».

Mentionnons aussi que l'animation de chaque module de formation se base sur un guide d'animation contenant l'ensemble des exercices à réaliser ainsi que le temps devant être dédié à chacun d'eux. Pour la version québécoise d'EMILIA, les guides des modules de formation qui ont été mis en œuvre jusqu'à présent ont été traduits de l'anglais au français et adaptés par l'AGIR<sup>10</sup>.

Enfin, les animateurs doivent suivre une formation spécifique à EMILIA. Celle-ci se déroule sur quatre journées, à raison d'une journée par semaine. Elle est animée par un représentant pédagogique et un représentant de l'AGIR. Cette formation met l'accent sur la pédagogie active, consistant à faire vivre aux futurs animateurs des expériences qu'ils devront éventuellement mettre en pratique auprès de ceux qui participeront aux formations. Les exercices permettent aussi de se connaître en tant qu'animateur et de passer d'une posture d'intervenant à celle d'accompagnateur. La formation constitue également une opportunité de créer une dynamique d'échange et de partage entre les animateurs, eux qui formeront une communauté de pratique du moment que les modules de formations avec les participants débutent. Les membres de cette communauté se rencontrent mensuellement pour partager leurs expériences, leurs bons coups et les défis rencontrés dans la dispensation des modules de formation. Ils se partagent des outils et des astuces aux fins de l'animation. En somme, il s'agit d'apprendre de tout un chacun et d'alimenter le processus réflexif entourant l'animation.

## 2.4 PARTENARIAT AVEC LE CENTRE LOUIS-JOLLIET

La formation EMILIA prend forme à l'intérieur d'une entente tripartite entre les organismes communautaires dispensant la formation EMILIA, l'AGIR et le Centre d'éducation des adultes Louis-Jolliet de la Commission scolaire de la Capitale. En vertu de la Loi sur l'instruction publique (Québec, Mise à jour en septembre 2017) qui légifère le système éducatif public québécois, les centres d'éducation des adultes du Québec doivent entre autres collaborer au développement social et culturel de la communauté. Pour ce faire, ils initient et entretiennent des collaborations avec des groupes sociocommunautaires présents sur le territoire desservi. EMILIA s'inscrit dans cette visée de collaboration.

Le partenariat avec le CLJ implique que tous les modules de la formation EMILIA soient reconnus à l'intérieur d'un programme d'études du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MEES). Cela implique que tant les participants que les animateurs doivent être officiellement enregistrés comme étudiant au CLJ. Les premiers sont inscrits au cours « Habiletés personnelles et sociales » du programme d'études « Services de formation à l'intégration sociale ». Ce cours est d'une durée de 75 heures pour lequel sont comptabilisées toutes les heures de formations EMILIA, peu importe le module suivi. Les animateurs sont quant à eux inscrits au cours « Actualisation professionnelle » du programme d'études « Intégration socio-professionnelle », d'une durée de 150 heures. On y comptabilise toutes les heures réalisées par les animateurs, que ce soit dans le cadre de leur formation, de l'animation des modules ou de leur participation à la communauté de pratique. Il importe de mentionner également que tous les animateurs sont rémunérés pour les heures qu'ils font dans la formation EMILIA et que le CLJ contribue à cette rémunération.

Mentionnons enfin que le CLJ a une obligation légale de rendre compte au ministère de l'Éducation supérieure (MEES) de la somme des heures de formation suivie par chaque élève, de même que de l'issue de leur formation : réussite, non complétée, en cours, etc. Pour la formation EMILIA, cette reddition de compte se fait différemment, selon que l'on soit *participant* ou *animateur*. Pour ce qui est des participants, ce sont les animateurs qui, à partir d'un registre des présences, font un suivi périodique au CLJ. Chacun des modules de formation inclut également un moment dédié à l'évaluation des connaissances, à partir d'un journal de bord spécialement élaboré pour la formation (voir annexe 3). Au terme de chacun des modules, les journaux de bord sont envoyés au CLJ. Pour ce qui du processus d'évaluation des animateurs, celui-ci se fait en deux parties. La première concerne la détermination des besoins de perfectionnement professionnel suivie de la mise en œuvre d'un plan de perfectionnement professionnel. La deuxième partie se réalise une fois que les heures allouées au cours « Actualisation professionnelle » sont complétées et consiste à évaluer l'atteinte des objectifs en regard des besoins de perfectionnement ciblés initialement.

---

10- Tous les guides d'animation de la version originale d'EMILIA sont disponibles sur le site Internet d'ENTER Mental Health en version anglaise.

## 3. MÉTHODOLOGIE

L'évaluation d'implantation faisant l'objet du présent rapport a été réalisée par Michèle Clément, chercheuse, Annie Levesque, agente de planification, de programmation et de recherche, et Audrey Bernard, étudiante-chercheuse. Ces dernières font partie du Groupe de recherche sur l'inclusion sociale, l'organisation des services et l'évaluation en santé mentale (GRIOSE-SM), rattaché au Centre de recherche sur les soins et services de première ligne de l'Université Laval (CERSSPL-UL) et à l'Institut universitaire de première ligne en santé et services sociaux. L'étude s'est déroulée de février 2015 à avril 2017.

### 3.1 OBJECTIFS DE L'ÉVALUATION

L'évaluation d'implantation porte sur l'origine du projet, son fonctionnement, l'utilisation des ressources qu'on y investit, l'expérience des personnes qui y participent, etc. Elle vise en somme à répondre à la question suivante : *Est-ce que le projet est implanté de manière optimale? Et pourquoi?*

Plus précisément, les objectifs de la présente évaluation sont :

1. Dégager les conditions favorables de l'implantation de la formation EMILIA;
2. Explorer l'expérience et les retombées pour les participants d'EMILIA;
3. Explorer l'expérience et les retombées pour les animateurs d'EMILIA;
4. Identifier des perspectives de développement;

Le Tableau 1 présente une vue d'ensemble des thèmes explorés en lien avec ces objectifs.

**TABLEAU 1. THEMES EXPLORÉS LORS DE LA COLLECTE DE DONNÉES**

Objectifs	Thèmes explorés
Dégager les conditions favorables de l'implantation de la formation EMILIA;	<ul style="list-style-type: none"><li>• Situation initiale</li><li>• Échéancier des démarches réalisées</li><li>• Taux de participation</li><li>• Facteurs facilitant l'implantation</li><li>• Défis rencontrés</li><li>• Leçons apprises</li></ul>
Explorer l'expérience et les retombées de la participation à EMILIA pour les participants;	<ul style="list-style-type: none"><li>• Motivation et attentes en regard d'EMILIA</li><li>• Appréciation générale d'EMILIA</li><li>• Difficultés rencontrées par les participants</li><li>• Perception des retombées chez les participants</li><li>• Possibilités d'améliorations</li></ul>
Explorer l'expérience et les retombées de la participation à EMILIA pour les animateurs;	<ul style="list-style-type: none"><li>• Motivations à devenir animateur</li><li>• Appréciation et défis rencontrés</li><li>• Perception des retombées chez les animateurs</li><li>• Possibilités d'améliorations</li></ul>

### 3.2 COLLECTE DE DONNÉES ET ANALYSE

La méthodologie utilisée pour réaliser l'évaluation d'implantation est principalement de type qualitatif et a nécessité quatre moyens :

1. **Séances d'observation** : Le groupe de recherche a été présent tout au long des rencontres visant la mise en œuvre d'EMILIA (comité de pilotage, communautés de pratique, séances de formation EMILIA) afin d'en documenter l'évolution et les changements apportés ;

2. **Entrevues individuelles :** Vingt-et-une entrevues individuelles semi-dirigées ont été réalisées entre l'été 2016 et le printemps 2017 auprès de participants ayant suivi au moins deux modules de formation EMILIA<sup>11</sup>.
3. **Entrevues de groupe :** Deux entrevues de groupe ont eu lieu au printemps 2017. Une première auprès du comité de pilotage<sup>12</sup>, et une seconde, auprès de la première communauté de pratique mise en place.
4. **Saisie des fiches de présence :** Les fiches de présence du CJL remplies par les animateurs sur une période d'un an, soit de mars 2016 à mars 2017 ont été transmises à l'équipe de recherche une fois anonymisées.

Au total, trente-trois personnes ont participé à l'étude et dix-sept fiches de présence ont été amassées et comptabilisées. Le Tableau 2 offre un résumé des principales méthodes de collecte de données.

**TABLEAU 2 RÉSUMÉ DE LA COLLECTE DE DONNÉES**

Types de répondant	Méthode de collecte	Nombre de participants
Participant de la formation EMILIA	Entrevue individuelle	21
Membre de la communauté de pratique	Entrevue de groupe	6
Membre du comité de pilotage	Entrevue de groupe	6
<b>Total</b>		<b>33</b>

Les données quantitatives ont été saisies dans une base de données construite à partir du logiciel SPSS et des méthodes descriptives de base ont été utilisées pour l'analyse de données. Les données qualitatives colligées lors des séances d'observation ont, quant à elles, été consignées dans un journal de bord, alors que celles recueillies lors des entrevues ont été retranscrites sous forme de verbatim. Par la suite, le corpus de données qualitatives a fait l'objet d'une analyse de contenu effectuée à partir des étapes proposées par Mayer et Deslauriers (2000) : 1) préparation du matériel (transcription verbatim et anonymisation du matériel); 2) préanalyse (lecture flottante et identification des thèmes généraux); 3) exploitation du matériel (préparation du contenu, codification); 4) analyse et interprétation des résultats.

- 
11. Le recrutement des participants à la recherche a eu lieu lors des modules d'introduction au printemps 2016 et à l'automne 2017. À cette occasion, un membre du groupe de recherche a présenté le projet de recherche, ses objectifs, ainsi que les modalités associées à la participation aux entrevues individuelles. Les personnes intéressées ont été invitées à contacter l'équipe de recherche pour réaliser l'entrevue.
  12. Le comité de pilotage rassemble les directions d'organismes communautaires en santé mentale impliqués dans EMILIA ainsi que des acteurs-clés du Centre Louis-Jolliet qui participent à la réflexion sur l'implantation de la formation .

# RÉSULTATS

## 4. IMPLANTATION DE LA FORMATION EMILIA

### 4.1 MISE EN CONTEXTE DE L'IMPLANTATION

La formation EMILIA telle qu'implantée dans la région de Québec tire son inspiration de la version originale européenne mise en œuvre en 2005 sous forme de recherche-action par ENTER Mental Health (European Network for Training Evaluation and Research in Mental Health). Ce projet réunissait seize partenaires européens provenant du domaine de l'évaluation et de la formation en recherche œuvrant sur des questions reliées à la santé mentale. La version québécoise d'EMILIA a été développée à partir de cette initiative pionnière. Celle-ci est en effet apparue à l'AGIR comme une opportunité de faire les choses différemment dans le milieu communautaire en santé mentale à Québec.

Malgré des rapprochements évidents en regard des fondements et de l'approche pédagogique préconisée dans les versions québécoise et européenne d'EMILIA, la manière dont ces deux expériences se sont opérationnalisées sur le terrain diffère. Pour bien saisir les particularités de la version québécoise, il importe de revenir dans un premier temps sur sa version européenne.

#### La version européenne d'EMILIA

EMILIA a été initialement mise en œuvre sous la forme d'une recherche-action dont l'objectif était de développer, de mettre en place et d'évaluer une stratégie d'accès à la formation tout au long de la vie<sup>13</sup>, le tout dans une perspective de lutte à l'exclusion sociale des personnes vivant avec un problème de la santé mentale. L'hypothèse ainsi avancée était que l'accès à la formation et à l'emploi favorise l'inclusion sociale et la qualité de vie des participants, en plus de diminuer leur utilisation des services sanitaires et sociaux. Le concept d'accès à une formation tout au long de la vie a d'ailleurs fait l'objet, à l'époque, d'une politique de la Commission des Communautés Européennes (2001).

La particularité de la formation EMILIA dans sa version européenne est qu'elle vise spécifiquement les personnes ayant un problème de santé mentale chronique grave, sans emploi et vivant en milieu psychiatrique. Ici, il est souhaité que le lieu de soin, l'hôpital psychiatrique, favorise l'inclusion sociale en devenant un lieu d'apprentissage, d'activités, voire même d'emploi pour ces personnes. Dans ce contexte, tous - usagers, professionnels de la santé, collègues, employeurs – participent au processus de formation.

Plus concrètement, les participants à la formation devaient, à l'intérieur d'un projet personnel, professionnel et de santé, établir les étapes à traverser à court, moyen et long terme pour accéder à un emploi. Une fois leur *Projet* établi, ces derniers avaient accès à une offre de formation, élaborée par et pour les participants afin de les accompagner dans leur démarche. Dans les limites de la recherche-action, des suivis étaient faits auprès de chacun des participants pour prendre note de leur cheminement et évaluer leur démarche de recherche d'emploi, leur utilisation des services psychiatriques, ainsi que l'évolution de leur qualité de vie. Ces suivis ont été faits en trois temps, soit au début de la participation, après le 10<sup>e</sup> mois et le 20<sup>e</sup> mois. Les résultats issus du suivi des participants dans plusieurs sites européens montrent qu'EMILIA a rendu accessibles de nombreux parcours personnels et professionnels pour les participants (Jouet, 2009; Ramon, Griffiths, Nieminen, Pedersen, & Dawson, 2009).

13. La formation tout au long de la vie peut être définie comme toute activité d'apprentissage entreprise à tout moment de la vie, dans le but d'améliorer les connaissances, les qualifications et les compétences, dans une perspective personnelle, civique, sociale ou liée à l'emploi (Le Douaron, 2002).

---

► En Europe, dans les huit sites de démonstration qui mettaient en œuvre l'intervention EMILIA, près de 216 usagers ont bénéficié du programme local. À Paris, le laboratoire de recherche qui était responsable du projet a recruté 35 usagers. Sur ce total, trente d'entre eux ont effectué au moins une formation (formation initiale), deux se sont orientés vers le secteur protégé, neuf ont eu accès à un emploi dans le secteur ordinaire et onze ont participé à des activités significatives dans le secteur de la santé mentale. (Jouet, 2009)

---

## La version québécoise d'EMILIA

EMILIA s'est donc développée en tenant compte de cette expérience européenne, mais aussi du contexte québécois, c'est-à-dire de la culture locale de soins, des spécificités de l'organisation des services psychiatriques, ainsi que des partenariats possibles. Notons ici quelques différences entre les deux projets. D'abord, les formations ont été développées dans le milieu communautaire et non au sein d'un hôpital psychiatrique, ce qui fait en sorte que la population rejointe est plus large et ne se restreint pas uniquement aux personnes institutionnalisées ayant un problème de santé mentale grave. De plus, si dans la version européenne, EMILIA visait spécifiquement l'accès à l'emploi des participants, la version québécoise mise, pour sa part, sur le rétablissement et le développement du pouvoir d'agir des personnes. Insistons maintenant sur un autre élément contextuel donnant une couleur particulière à l'implantation de la formation EMILIA soit les pratiques d'intervention communautaire.

### *La spécificité et le renouvellement des pratiques d'intervention communautaire en santé mentale*

Au Québec, indépendamment de leur mission ou de leur orientation, les organismes communautaires en santé mentale (OCSM) interviennent en considérant la personne dans sa globalité plutôt qu'en s'en tenant à son diagnostic (Grenier & Fleury, 2014). Le vécu associé au problème de santé mentale est en effet considéré comme une expérience riche en termes d'apprentissages (Vaillancourt, 2013) et, parce qu'il contribue à créer un sentiment d'appartenance, son partage entre pairs est favorisé (Grenier & Fleury, 2014). Les OCSM mettent aussi au cœur de leurs pratiques le développement du pouvoir d'agir et la création de rapports égaux entre utilisateurs de services et intervenants (Nelson, Janzen, Trainor, & Ochocka, 2008; Provencher, 2002; Swarbrick, Schmidt, & Pratt, 2009).

En 1985, une dizaine d'organismes communautaires de la région de Québec, soutenus par l'Association canadienne pour la santé mentale, instituaient le *Regroupement des ressources non institutionnelles en santé mentale de la région de Québec* (RRNISMQ), connu par la suite sous l'acronyme *AGIR en santé mentale* (Brie, 2007). En réponse à des préoccupations communes entourant l'identité collective et l'expertise du milieu communautaire dans le domaine de la santé mentale, la constitution du RRNISMQ avait pour objectif d'offrir un espace d'échanges et de partage aux membres. Il s'agissait également de favoriser la réflexion et la construction d'une vision commune de la santé mentale et des perspectives d'intervention qui y sont associées. Constituée d'une dizaine de groupes au départ, l'AGIR compte aujourd'hui trente-sept membres actifs dans des champs d'intervention variés, mais tous en lien avec la santé mentale<sup>14</sup>.

L'expertise des organismes communautaires dans le secteur de la santé mentale fait aujourd'hui l'objet d'un large consensus, et ce, pas seulement dans le réseau communautaire, mais également auprès des acteurs du réseau public, y compris du ministère de la Santé et des Services sociaux :

---

► Tant en ce qui concerne la défense des droits en santé mentale que l'intégration au travail (crise, intervention auprès des personnes à risque suicidaire, hébergement ou suivi communautaire, pour ne nommer que ceux-là), les organismes communautaires ont développé une expertise et un leadership qui doivent être reconnus, mis à profit et soutenus de façon adéquate (MSSS, 2005, p. 67).

---

14. Plus d'informations sur l'AGIR sont disponibles sur le site de l'association : <https://www.agirensantementale.ca/>

Or, avec les années et en dépit du rôle qu'ils occupent dans la dispensation des services, les OCSM ont accusé un certain recul quant à la reconnaissance de leur expertise, et ce, principalement depuis la publication du PASM 2005-2010 (Grenier et Fleury, 2014). Ce dernier a en effet eu comme retombées de renforcer dans le réseau institutionnel la présence des services tels que le suivi d'intensité variable, les services de crise, l'hébergement autonome avec soutien et l'intégration au travail et aux études (MSSS, 2005) qui, jusque-là, étaient principalement offerts par les OCSM. Entre les deux réseaux de services, existe donc, désormais un chevauchement du type d'intervention. L'AGIR a vu là des changements susceptibles de transformer la mission des OCSM, de même que l'arrimage entre le milieu communautaire et le réseau public (AGIR, 2010). Plus encore, cela a induit des enjeux et des questionnements reliés à l'identité collective du milieu communautaire dans le secteur de la santé mentale : qu'est-ce qui est spécifique aux pratiques d'intervention communautaire ? Qu'est-ce qui est à la fois propre et commun aux organismes communautaires en santé mentale ?

Ajoutons enfin que dans le milieu communautaire en santé mentale s'impose depuis quelques années la nécessité d'adapter les services en fonction de l'évolution du profil et des besoins des personnes qui recourent à leurs services. Si auparavant la clientèle était davantage âgée et avait vécu l'hospitalisation psychiatrique sur du long terme, c'est maintenant une clientèle beaucoup plus jeune qui fréquente les services, laquelle a connu des trajectoires alternatives et présente des besoins différents.

---

► *Nous, comme organisation [communautaire], il y a eu une période où c'était beaucoup des gens qu'on a désinstitutionnalisés dans les années 1980-1990 et qui cumulaient 20 ans d'hospitalisation, parfois même 30 ans. On les sortait de l'hôpital, c'était beaucoup ce profil-là de gens qui était très institutionnalisé. Donc l'offre de services s'est développée beaucoup autour de ça. [...] Ce qui est arrivé depuis une bonne dizaine d'années, c'est que cette clientèle-là est en voie de disparition, c'est-à-dire que les gens ne sont plus hospitalisés à long terme comme avant, donc présentent un profil tout à fait différent que les gens qui ont passé des longs séjours en institution. Donc, moi je pense qu'il faut s'adapter par rapport à ça. Il faut arriver à développer des programmes qui s'adressent davantage à une clientèle plus jeune, qui sont plus porteurs de sens. Et EMILIA s'inscrit tout à fait là-dedans. [Comité de pilotage]*

---

La mise en œuvre d'EMILIA permet aussi d'aborder l'intervention en santé mentale par une approche qui dépasse largement le *clinique*. Il s'agit plutôt d'ouvrir un éventail de possibilités innovantes pour rejoindre les personnes différemment.

---

► *Et pour moi, ça permet d'entrevoir toute la question du rétablissement et du pouvoir d'agir autrement que par une approche clinique. Et je pense qu'on veut s'éloigner d'une approche clinique. Pour moi, c'est essentiellement des apprentissages. Et comment on fait pour mettre des gens en mouvement [...]. Parce que pour moi, les apprentissages, ça ne se passe pas dans les bancs d'école. Pour moi, je vois tout un autre univers qui, pour moi, m'ouvre les yeux. [Comité de pilotage]*

---

## EMILIA : un projet s'inscrivant à l'intérieur d'une quête identitaire pour le milieu communautaire en santé mentale

En 2012, dans la foulée des questionnements sur l'identité et sur le renouvellement des pratiques, un groupe d'une dizaine d'intervenants ou de directeurs d'organismes communautaires en santé mentale de la région de Québec a engagé une démarche collective de réappropriation du pouvoir d'agir. Le sentiment d'impuissance et le non-sens de la récupération des pratiques communautaires par le réseau institutionnel, ainsi que la spécificité des pratiques d'intervention en santé mentale sont demeurés centraux à cette démarche.

---

► Ça fait partie d'une démarche plus large qui était de définir de façon un peu plus précise c'était quoi la spécificité de l'action communautaire en santé mentale. Et ça s'inscrivait aussi dans une démarche d'empowerment de nos pratiques à nous. Donc je trouvais que c'était une belle occasion de mettre de quoi de l'avant, de complètement innovant et qui fait qu'on se démarque du réseau public. [Comité de pilotage]

---

Sur une période de deux ans, le groupe s'est réuni à une dizaine de reprises en se donnant pour objectif de définir opérationnellement la cible de changement suivante permettant de s'affranchir de ce sentiment d'impuissance.

---

► « Comment affirmer, à nos propres yeux, aux yeux de nos partenaires, aux yeux du grand public la spécificité de nos pratiques qui favorisent un accès équitable à l'exercice des droits fondamentaux et d'une pleine citoyenneté et obtenir les moyens financiers (transmission des pratiques, spécialisation, formation continue) et politiques (orientations en santé mentale qui nous incluent tel que nous sommes) pour les mettre en œuvre. » [Tiré des documents internes de l'AGIR]

---

Au final, cet exercice de [re]prise de pouvoir a fait cheminer la réflexion en regard de la mission d'un organisme communautaire en santé mentale et a permis de repositionner leurs pratiques d'intervention vers le développement du pouvoir d'agir tant des individus et que des collectivités. C'est dans ce contexte que le projet EMILIA s'est avéré être une opportunité d'actualiser cette vision.

---

► Pour moi, de plus en plus, dans ma tête, ça devient de plus en plus clair que la raison d'être d'un organisme communautaire, c'est de permettre aux gens de s'affranchir. Et moi, je pense qu'on est complètement dans un autre registre que d'aider ou de briser la solitude. Moi, je pense que c'est de donner des moyens aux gens de s'affranchir. Je me dis que si on peut amener ça, je crois qu'on aura fait une contribution assez importante, à la fois au milieu communautaire, mais je pense de façon plus générale au milieu de la santé mentale. Et moi, je trouve qu'EMILIA nous rapproche de ça, beaucoup. [Comité de pilotage]

---

Mentionnons également que l'implantation d'EMILIA est vue comme une opportunité de développer, voire même de revenir à une pratique historiquement associée au milieu communautaire, c'est-à-dire l'éducation populaire. Le projet ouvre donc la porte à un retour des pratiques communautaires en santé mentale orientée vers le champ de l'éducation, plutôt que de travailler à se mettre en interface avec le milieu institutionnel de la santé comme ce fut le cas dans les dernières années. Il est souhaité que ce retour contribue à renforcer le développement d'une identité, d'une expertise et d'une pratique axée sur le rétablissement et le développement du pouvoir d'agir, qui soient spécifiques au milieu communautaire.

---

► Pour moi, c'est drôle, hein, c'est un retour aux sources. Il y a eu une époque où tout ce qui était éducation populaire était extrêmement présent dans le milieu communautaire. Un peu moins structuré qu'EMILIA, mais c'était très présent. Et beaucoup inspiré des écrits et de la philosophie de Paolo Freire. Beaucoup beaucoup. On était beaucoup là-dedans. Et on a comme délaissé ça. Et je te dirais qu'historiquement, on s'est beaucoup plus orienté vers des approches plus cliniques. Et moi, c'est drôle, je reviens à ça [l'éducation populaire]. [...] Pour moi, c'est plus clair, où il faut aller et ce qu'est la contribution spécifique que nous on peut amener dans le champ de la santé mentale. C'est de plus en plus clair qu'on occupe un espace qu'il y a juste nous qui devons occuper. [Comité de pilotage]

---

## 4.2 ÉTAPES DE L'IMPLANTATION DE LA FORMATION EMILIA

L'implantation d'EMILIA a officiellement débuté en février 2015 et, au terme de l'évaluation<sup>15</sup>, n'était pas toujours pas complétée. À des fins pratiques, nous présentons séparément chacune des étapes, même si, dans les faits, celles-ci se sont parfois chevauchées. Le Tableau 6 de l'annexe 2 montre une représentation de l'enchaînement de ces étapes alors que celles-ci sont décrites de manière détaillée ici-bas.

### ÉTAPE 1 : PRÉPARATION

L'étape la plus longue et la plus laborieuse de l'implantation de la formation EMILIA a assurément été sa préparation. Cette étape, qui s'est déroulée entre février 2015 et novembre 2016, a consisté à mettre en place le comité de pilotage, à préparer le matériel de formation et la mise en œuvre de la formation au sein des organismes, ainsi qu'à organiser la formation des animateurs.

#### La création du comité de pilotage

Le comité de pilotage est un lieu de réflexion sur l'implantation d'EMILIA afin d'assurer la cohérence de sa mise en œuvre. En vue de créer ce comité, une invitation a été lancée aux organismes communautaires membres de l'AGIR. Le projet EMILIA et son échéancier leurs ont été présentés en décembre 2014 lors d'une assemblée générale. Les organismes intéressés à en faire partie se sont alors manifestés, ce qui a mené à la première rencontre du comité en février 2015. Ce fut alors l'occasion pour les organismes impliqués de se connaître, d'échanger et de cibler leurs enjeux respectifs en regard de l'implantation d'EMILIA. Rapidement, se sont ajoutés au comité, la conseillère à la liaison du Centre Louis Jolliet (CLJ) ainsi que le formateur des éventuels animateurs. Au départ, les réunions du comité de pilotage ont eu lieu à des intervalles d'environ deux mois, alors qu'une fois les formations débutées, les rencontres se sont graduellement espacées et ce jusqu'à disparaître complètement. Précisons enfin que les différentes communautés de pratique ont peu à peu remplacé le comité de pilotage dans son rôle réflexif sur la cohérence de la dispensation des formations.

#### La préparation du matériel de formation et la mise en œuvre au sein des organismes

Des modules de formation ont d'abord été ciblés dans la version européenne d'EMILIA (voir annexe 1), pour constituer ce qui composerait les premiers modules de formation offerts dans la version québécoise d'EMILIA. Les guides d'animation des modules de formation retenus ont par la suite été traduits en langue française<sup>16</sup> et quelques ajustements leurs ont été apportés. Il s'agissait plus spécifiquement d'en ajuster le contenu à la réalité québécoise et d'en modifier certains aspects du format. À titre d'exemple, le module d'introduction a été allégé de manière à le rendre moins théorique. On a aussi modifié des exercices, réduit à une demi-journée des formations initialement prévues pour une journée entière, et réparti le contenu sur plusieurs semaines, plutôt que sur des journées consécutives. Lors de la préparation du matériel de formation, on a aussi inclus des exercices et des techniques d'animation basés sur le développement du pouvoir d'agir, le but recherché étant l'engagement des participants dans une démarche de transformation, de changement et de reprise de pouvoir sur ce qui est important et significatif pour eux. Sans donner à la formation des allures de thérapie de groupe, on a cherché à créer des contextes propices au développement du pouvoir d'agir.

Sur le plan opérationnel, divers éléments ont été discutés au comité de pilotage, notamment, l'arrimage entre la formation EMILIA et les formations déjà existantes dans les organismes communautaires impliqués, la rémunération des animateurs bénéficiant de l'aide sociale, le nécessaire changement de posture chez les intervenants, le recrutement des participants et le taux de participation. Avec le CLJ, le comité de pilotage a aussi contribué à l'élaboration du processus d'évaluation des participants (journal de bord), afin qu'il soit adapté à la fois à la philosophie prônée par EMILIA et au profil des participants de la formation. Il a aussi été statué que chaque organisme offrirait l'ensemble des modules de formation EMILIA au lieu de s'en tenir à un seul module.

15 Rappelons que l'évaluation d'implantation s'est terminée en avril 2017.

16 Rappelons que tous les modules de formation originaux d'EMILIA étaient disponibles uniquement en langue anglaise.

## Le recrutement et la formation des animateurs

Les rencontres du comité de pilotage ont également été l'occasion de convenir des modalités associées à la formation des animateurs (fréquence, intervalle des rencontres, contenu, mode de rémunération) et de réfléchir à la méthode de recrutement. Pour ce qui est du recrutement, chacun des organismes impliqués devait cibler une personne fréquentant leurs services, ainsi qu'un intervenant. La plupart ont ciblé des personnes ayant déjà une expertise en animation.

### ÉTAPE 2 : FORMATION DES ANIMATEURS ET MISE EN ŒUVRE DE LA COMMUNAUTÉ DE PRATIQUE

La deuxième phase de l'implantation a consisté à la formation des animateurs et à la mise en œuvre des communautés de pratique. La première formation a débuté en novembre 2015. Au terme de l'étude, trois formations d'animateurs avaient eu lieu, pour un total de vingt-neuf animateurs formés lesquels sont associés à une quinzaine d'organismes communautaires. Nous utilisons le terme « cohorte » pour distinguer le premier, le deuxième et le troisième groupe d'animateurs formé. Le déroulement de ces formations est présenté au Tableau 3.

**TABLEAU 3 REPRÉSENTATION DE LA FORMATION DES ANIMATEURS**

Cohorte	Calendrier de la formation des animateurs	Nombre de participants <sup>1</sup>	Nombres d'organismes associés
1	Novembre 2015 à mars 2016	10	5
2	Octobre 2016	10 <sup>2</sup>	5
3	Février-Mars 2017	10	5

1. Il s'agit du nombre de participants au début de la formation. Ce nombre peut avoir varié en cours de la formation.  
2. Deux participants à la formation des animateurs se sont désistés en cours de route.

À cela faut-il ajouter que la fin de la formation de chaque cohorte d'animateurs a marqué le début d'une communauté de pratique. Au terme de notre étude, on retrouvait deux communautés de pratique actives, alors qu'une troisième était sur le point de démarrer.

### ÉTAPE 3 : RECRUTEMENT DES PARTICIPANTS ET DÉBUT DES FORMATIONS

Lorsque la formation de chaque cohorte d'animateurs se complète, on procède au recrutement des participants. Certains organismes ont choisi de procéder de façon aléatoire, laissant une chance à l'ensemble des personnes fréquentant leur organisme, alors que d'autres ont plutôt procédé en ciblant les personnes qui, selon eux, correspondaient à un profil approprié pour participer à EMILIA. Au moment de leur recrutement, différentes informations ont été transmises aux candidats potentiels. Ils ont été informés, par exemple, des thèmes qui seraient abordés, des bienfaits potentiels de la formation, du partenariat avec le CLJ et du projet de recherche accompagnant EMILIA.

En ce qui concerne le calendrier des formations, cela était laissé à la discrétion des organismes. Les organismes dispensent en moyenne un module par saison, mais ceux qui le désirent peuvent aussi avoir un rythme plus lent. Par ailleurs, comme seulement quatre guides d'animation des modules avaient été traduits et adaptés, le choix s'est avéré relativement restreint. Le portrait des modules de formation dispensés ainsi que le nombre de participants pour chacun d'eux sont représentés au Tableau 4.

**TABLEAU 4 MODULES DE FORMATION DISPENSÉES**

Cohorte	Organisme	Modules de formation	Nombre d'heures	Date de début	Nombre d'inscriptions
1	Croissance Travail	Introduction + Développement du pouvoir d'agir et rétablissement	21	Avril 2016	9
		Construire sur ses forces	12	Juin 2016	8
		Activer son réseau de soutien social	24	Janvier 2017	9
		Construire sur ses forces	12	Mars 2017	7
	Le Pavois <sup>1</sup> de Québec	Introduction + Développement du pouvoir d'agir et rétablissement Groupe 1	21	Avril 2016	15
		Construire sur ses forces - Groupe 1	21	Juillet 2016	9
		Activer son réseau de soutien social - Groupe 1	48		7
		Introduction + Développement du pouvoir d'agir et rétablissement Groupe 2	30	Janvier 2017	7
	Centre de jour le Feu vert	Introduction + Développement du pouvoir d'agir et rétablissement	21	Avril 2016	9
		Activer son réseau de soutien social	30	Septembre 2016	10
	L'Arc-en-ciel	Introduction + Rétablissement	16	Avril 2016	9
		Construire sur ses forces	21	Octobre 2016	9
		Activer son réseau de soutien social	22	Janvier 2017	7
	O.S.M.O.S.E	Introduction + Développement du pouvoir d'agir et rétablissement	21	Septembre 2016	8
		Construire sur ses forces	21	Février 2017	7
	2	Le verger	Introduction + Développement du pouvoir d'agir et rétablissement	21	Janvier 2017
Centre social de la croix blanche		Introduction + Développement du pouvoir d'agir et rétablissement	21	Janvier 2017	10
L'Amarrage				N/A	
Le Pavois de Ste-Foy				N/A	
Centre de parrainage civique				N/A	
3	Centre communautaire l'Amitié			N/A	
	Merveilleuses têtes heureuses			N/A	
	APUR			N/A	
	Libre espace côte de Beauré			N/A	
<b>TOTAL</b>	<b>14 organismes</b>	<b>17 modules de formation</b>	<b>363 heures de formation</b>	<b>N/A</b>	<b>150 (90 participants)</b>

1. Deux groupes de participants ont été mis en place au Pavois de Québec. Le premier, en avril 2016 et le second en janvier 2017.

On remarquera que le premier module dispensé par les organismes est module d'introduction, suivi de celui sur le rétablissement, ce qui avait pour effet de faciliter les échanges dans la communauté de pratique. Un total de dix-sept modules<sup>17</sup> a été offert par sept organismes différents<sup>18</sup>, équivalant à 363 heures de formation. On dénombre 150 inscriptions faites par quatre-vingt-dix personnes différentes. Parmi ces dernières, 71 % sont des femmes et 29 % sont des hommes. Indépendamment du genre, la moyenne d'âge se situait à 50 ans.

Pour compléter cette section, rappelons que l'implantation d'EMILIA n'était pas complétée au terme des travaux de recherche. Plusieurs nouveaux modules de formation devaient encore être traduits, adaptés et mis en œuvre. Il faut dire aussi que dans une perspective d'appropriation du matériel, les animateurs avaient été encouragés à adapter les exercices et les outils d'animation, faisant en sorte qu'un travail de mise en commun est par la suite devenu nécessaire pour uniformiser le matériel. Ainsi, une révision des modules déjà implantés était prévue à l'automne 2018 avec l'ensemble des animateurs, laquelle impliquera les trois cohortes formées. Enfin, au terme de l'étude, on prévoyait que de nouveaux organismes allaient s'ajouter à la formation EMILIA, ce qui impliquerait la mise en œuvre d'une quatrième cohorte d'animateurs.

## 4.3 LES DÉFIS DE L'IMPLANTATION

### Préparer le matériel d'animation

La traduction et l'adaptation des guides d'animation des modules ont été et demeurent l'un des défis très importants de l'implantation d'EMILIA. Tout le matériel de formation disponible dans la version européenne ne peut être complètement utilisé sans que, dans un premier temps, une version traduite et adaptée à la culture québécoise ait d'abord été faite par le comité de pilotage, laquelle se voit souvent par la suite à son tour adapté par les animateurs des différents organismes. On entend par « adaptation québécoise » la nécessité de contextualiser certaine partie théorique, par exemple l'historique ou encore la définition de concepts en fonction de la réalité québécoise liée au champ de la santé mentale. Cela explique pourquoi ce n'est pas l'ensemble des modules de formation EMILIA qui soient actuellement dispensés dans les organismes communautaires impliqués.

### Rémunération des animateurs

Rappelons que les animateurs d'EMILIA sont tous payés dans l'exercice de leurs fonctions. Sur ce plan, une difficulté peut toutefois se poser pour ceux qui obtiennent un revenu de l'aide sociale - ou d'une autre allocation - et pour laquelle ils ont des contraintes quant à la rémunération. Il importe ainsi de trouver un moyen pour que l'animation de la formation EMILIA ne nuise pas à leur allocation provenant des revenus de transfert.

### La composition des groupes de participants

La première année d'implantation d'EMILIA a permis de soulever différents défis en lien avec la question du recrutement. Parmi eux, le fait que la participation s'essouffle rapidement dans certains organismes. Un autre défi réside dans la composition des groupes de formation. Les organismes doivent en effet déterminer si le groupe sera *fermé*, c'est-à-dire qu'aucune inscription ne sera possible une fois que la formation sera démarrée, ou *ouvert*, c'est-à-dire que des participants pourront rejoindre ou quitter aléatoirement le groupe une fois que les séances auront débutées. Selon la modalité retenue, les façons de faire, plus ou moins inclusives, peuvent parfois contraster avec la culture des organismes.

---

17 Excluant le module d'introduction.

18 Au terme de la collecte de données, certains organismes de la deuxième cohorte d'animateurs formés ainsi que ceux de la troisième n'avaient pas encore commencé à offrir la formation.

---

► *Nous, on est un centre de jour. Les gens choisissent de venir participer à des activités. Donc normalement, il y a comme une formule libre. Là [dans EMILIA], il faut qu'ils suivent un programme qui dure tant de semaines. Mais normalement, moi, les gens, chez nous, quand ils veulent ils quittent. Donc il y avait quand même le défi de maintenir la clientèle jusqu'au bout. [Comité de pilotage]*

---

► *On parlait entre autres de [nom d'un organisme] qui eux autres ont des groupes ouverts. C'est un organisme où est-ce qu'ils ont des activités puis tu y vas si ça te tente. Tu n'y vas pas si ça ne te tente pas. Mais tu sais, en ayant un groupe fermé comme EMILIA, ben là, ça veut dire que tu fermes la porte, et donc... Il y a des éléments comme ça qui font que selon certaines cultures d'organismes, il est un peu plus difficile [d'] implanter EMILIA. [Comité de pilotage]*

---

Dans le même ordre d'idée, la manière de recruter les participants peut contraster avec la culture de l'organisme dans la mesure où celle-ci cible les personnes les plus à même à prendre part activement à la formation EMILIA et à partager leur vécu. Nous y reviendrons plus loin, mais disons simplement pour l'instant que certaines personnes pourraient en effet ne pas être prêtes à la démarche d'introspection qui caractérise l'approche pédagogique de la formation EMILIA.

### Le remplacement des animateurs en cours de mandat

Alors que pour diverses raisons certains animateurs ont dû quitter leur fonction d'animation avant la fin de leur mandat, certains organismes ont éprouvé d'importantes difficultés à leur trouver des remplaçants. En effet, comme il n'y a que deux animateurs formés pour chacun des organismes, ces derniers ne disposent pas de « remplaçants ». À chaque fois, suppléer à leur départ peut devenir un véritable casse-tête.

---

► *Oui, parce qu'en même temps, c'est le beau de la chose. EMILIA, ça mobilise les personnes qui aiment. Je pense à notre animatrice-utilisatrice [i.e la personne ayant un savoir expérientiel en lien avec le problème de santé mentale], ça l'a mobilisée, et ça lui a donné des ailes. Donc elle est partie! [rires] C'est une conséquence très positive pour elle. Nous autres, bon, ça crée un petit problème, parce qu'on doit se trouver une personne utilisatrice-animatrice, mais moi, je pense que c'est un gros plus. C'est un gros plus pour elle. Et c'est un peu le but aussi. [Comité de pilotage]*

---

À la présente section, l'expérience des participants à la formation EMILIA est présentée. Dans un premier temps, les motivations qui les ont amenés à prendre y part sont exposées, suivis de leurs appréciations d'EMILIA, des difficultés qu'ils ont rencontrées et enfin, de la perception qu'ils ont des retombées de leur participation.

## 5.2 MOTIVATION À PARTICIPER

La motivation des participants à prendre part au projet EMILIA est étroitement liée à leurs attentes et aux intérêts qu'ils ont face à un tel projet. À la lumière des résultats de la recherche, ce qui rejoint le plus les participants est la possibilité qu'offre EMILIA d'acquérir des connaissances, des outils ou des compétences permettant de [re]prendre du pouvoir sur leur vie et de progresser dans leur démarche de rétablissement. L'extrait suivant évoque cette motivation.

---

▀ *Devoir, revoir les outils pour bien fonctionner avec une maladie ou un état de guérison. Et de pouvoir reprendre justement le pouvoir d'agir sur soi. D'avoir les outils. C'était plus d'avoir les moyens. [Participante 15]*

---

Par ailleurs, sans nommer explicitement la volonté de s'investir dans leur rétablissement, d'autres associent leurs motivations à la volonté de travailler sur eux. Pensons par exemple au besoin de se connaître davantage ou de faire le point sur son cheminement de vie.

---

▀ *Comme je suis quelqu'un qui aime ça beaucoup travailler sur moi, et des choses comme ça, et d'apprendre des choses sur moi, et d'approfondir tout ça, ça m'intéressait beaucoup. Fais que je me suis inscrite. [Participante 6]*

---



---

▀ *Ben je me suis dit : « Coudonc, peut-être que ça peut m'aider à développer des forces », tu sais! Comme les forces, mettons endurcir mon caractère. Je me suis dit qu'avec ça, je vais apprendre à m'affirmer et à me connaître plus. [Participante 3]*

---

D'autres participants considèrent que leurs motivations sont en lien avec le désir de vivre une expérience de groupe, de se nourrir du cheminement des autres et de leur positivisme, de partager leur vécu ou encore, d'élargir leur réseau social.

---

▀ *Moi, c'est ça qui m'intéressait, c'était le partage avec les gens. C'était quelque chose de rassurant aussi de savoir que peut-être que l'autre avait vécu quelque chose de similaire à telle situation que moi j'avais vécue. Ou peut-être que quelqu'un avait un truc pour m'aider peut-être à m'en sortir. [Participante 2]*

---



---

▀ *Et le fait d'être en groupe, aussi. D'être avec des gens. Moi, il fallait que je change de réseau social parce que je consommais. Fait qu'il fallait que je me fasse des nouveaux copains. Et le but de venir, c'était ça. Je me disais que c'était une bonne occasion de pouvoir créer des liens avec les gens et me faire des nouveaux amis. [Participante 6]*

---



---

▀ *J'avais besoin, dans le fond, moi, d'être nourrie par des gens qui avaient du positif. [...] Des gens, qui dans leur cheminement, pensent positif et savent qu'il faut toujours s'améliorer. Et c'est ça. J'avais le goût de rencontrer des gens qui avaient eu un problème de santé mentale ou qui ont un problème de santé mentale. Des fois, c'est sûr, des fois, ça se peut qu'ils ne feelent pas, mais pas tout le temps, ni à tous les jours. J'avais besoin de quelqu'un qui stimule mon énergie, mon positivisme. [Participante 2]*

---

Enfin, certains participants s'expriment sur leurs motivations à participer à EMILIA en évoquant leur volonté d'essayer un projet comportant une approche novatrice. Dans cette mouvance, quelques-uns se sont montrés intrigués par l'appellation « EMILIA », ou encore, motivés par le fait qu'un projet de recherche était associé à la formation. L'horaire proposé a aussi été un facteur qui a amené certaines personnes à s'y inscrire.

---

► *C'était la curiosité. Je voulais voir ce que ça allait être. Ce que ça pourrait venir m'aider, dans mon cheminement. [...] Le mot EMILIA. Je me demandais ce que ça pouvait dire, ce que ça pouvait être.* [Participante 19]

---

---

► *Je faisais partie d'une recherche. Moi, juste ça, c'était de l'inconnu, c'était beau. J'aimais ça. J'aimais ce côté-là d'apporter quelque chose à la société. Je vais apporter quelque chose à d'autres personnes éventuellement, qui se posent peut-être les mêmes questions que moi.* [Participante 14]

---

---

► *Il n'y avait rien sur mon horaire. [...] J'avais de la place dans ma grille de choses.* [Participante 13]

---

## 5.2 APPRÉCIATION DE LA FORMATION EMILIA

Cette section porte sur l'appréciation que les participants ont de la formation EMILIA, en lien plus particulièrement avec le calendrier des modules de formation, la composition des groupes, l'animation et l'approche pédagogique ainsi que le contenu des exercices.

### Le calendrier des formations

Le calendrier des modules de formation fait ici référence à la fréquence des séances, leur déroulement, l'horaire hebdomadaire et l'enchaînement des modules.

Sur le plan de la fréquence des séances, les avis des participants sont partagés du fait que dans certains groupes, elles ont lieu toutes les semaines, alors que dans d'autres, elles ont lieu aux deux semaines. Certains considèrent que les séances hebdomadaires sont idéales. Ce « n'est pas trop » et ça permet de maintenir un bon rythme. D'autres préfèrent qu'elles soient bimensuelles, parce que cela donne la possibilité de prendre le temps de réfléchir et d'avoir suffisamment de temps pour participer à des ateliers autres qu'EMILIA. Enfin, un participant a aussi exprimé le souhait que les séances aient lieu plus d'une fois par semaine.

En ce qui concerne la durée des séances de formation, ici aussi, les avis diffèrent. Certains font valoir qu'une séance de trois heures est suffisante pour traiter du contenu, tout en laissant passablement de temps pour le partage entre les participants, notamment dans l'optique d'apprendre à mieux se connaître.

---

► *L'horaire était bien. Ben au début, on trouvait ça court, oui. La première partie, c'était court. Et c'est pour ça que maintenant, notre groupe... Avant ça, c'était de 1h00 à 3h00. Maintenant, on fait 1h00 à 4h00. [...] On a plus le temps aussi de faire nos petits écarts. Tu sais, il y a plus de temps pour se donner de la marge de manœuvre. [...] Et si la pause s'étire un peu plus, parce que les gens, on se connaît plus, on se jase, on a plus de sujets de conversation... Ben il y a place pour ça!* [Participante 16]

---

Pour d'autres, une séance d'une durée de deux heures serait suffisante pour permettre à chacun de participer au mieux de ses capacités. Une plage horaire de deux heures limite le contenu à livrer, ce qui permet à chacun de s'en rappeler plus facilement.

---

► *Deux heures, moi, je trouve que c'est en masse. C'est en masse pour moi, le cerveau... C'est en masse pour qu'on... Je ne sais pas comment ils font à l'école pour apprendre six heures de temps. Je ne sais pas. Moi, je ne suis pas capable. Il y a les médicaments aussi qui jouent.* [Participante 19]

---

Plusieurs participants se disent par ailleurs favorables à ce qu'il y ait de longues pauses et des collations lors des séances de formation. Cela donnerait une opportunité supplémentaire de partage entre les participants tout en favorisant une meilleure concentration lorsque les séances reprennent leur cours.

---

► *Et je trouve ça bien aussi au point de vue des pauses. Parce que quand on a fait, on a chauffé beaucoup du cerveau, comme je pourrais dire [rires], ben un moment donné, où quand c'est venu me chercher émotivement, alors on prenait des pauses, et tout ça. [Participant 2]*

---

---

*Et quand il y a un besoin bien on pourra avoir une pause de 20-25 minutes au lieu de 15. Tu sais! D'avoir une vraie pause. Et ça permet de mieux rembarquer. En tout cas, pour ma part ça permet de mieux rembarquer ensuite dans ce qu'il y a à faire. [Participant 16]*

---

L'une des participantes émet toutefois une réserve quant aux généreuses collations offertes lors des pauses :

---

► *Il y a peut-être eu beaucoup de sympathie de la part de l'intervenante, la nourriture, le café, et tout ça. Tu sais, c'était beaucoup sympathique. [...] Pour moi, c'était soso, parce que étant donné que je le sais que quand on est malade, souvent, la bouffe, c'est un problème. Je suis portée à manger. [...] Ce sont des choses qui sont dures à gérer ces besoins-là quand on est malade. [Participant 15]*

---

Pour ce qui est de l'horaire des séances, certains participants considèrent que le début de la semaine est un moment propice, parce qu'on a alors plus d'énergie pour participer. Pour ce qui est de l'horaire de la journée, c'est-à-dire au fait de prévoir la rencontre en avant-midi ou en après-midi, encore là, il n'y a pas de consensus. S'adapter aux préférences et aux disponibilités des membres du groupe demeure le meilleur moyen pour assurer la présence du plus grand nombre.

---

► *Moi, je pense que si tu avais fait ça le vendredi après-midi [rires], il y aurait eu moins de monde. [...] Parce qu'au début, ça a l'air de rien, mais ça faisait longtemps que je ne m'étais pas chauffé la tête [rires]. Ça devient beaucoup, c'est très demandant, émotionnellement. Mais aussi, je pense que les gens font toute leur semaine de travail et d'implication, et tu mets ça le vendredi matin, il y aurait eu moins d'énergie. J'ai trouvé ça bien que ce soit comme ça, au début de la semaine. [Participant 2]*

---

---

► *Je sais que dans les activités de rétablissement que j'ai suivies avant, et il y en a un que justement, pour que les personnes, ça n'adonnait pas dans le jour, ça se passait en soirée. [...] Moi, c'est une suggestion que dans les groupes, bon... sans que nécessairement, ça soit partout, mais qu'il y ait une possibilité, une ouverture, pour que ceux qui travaillent et qui ne peuvent pas se libérer, mais qu'il y ait moyen dans la soirée. [Participant 17]*

---

Les répondants se disent par ailleurs satisfaits de l'enchaînement thématique des modules de formation. Les périodes d'interruption de longue durée entre deux modules seraient toutefois moins appréciées.

---

► *C'est sûr que ça y a été par étape et je trouve que ça a bien été amené. Tu sais, on commence par l'expérience de maladie, tout ça. Après ça, ça avance, tranquillement. Là, comme là, on était rendu au réseau social. Il y a une suite logique. Ce qui fait qu'on commence dans le plus difficile, dans la souffrance, et après ça, dans l'ici et maintenant, et après ça, c'est l'espoir, les rêves. Tout ça. Il y a une suite logique, fait que je trouve ça correct. [Participant 21]*

---

---

► *On a eu une pause pour l'été, il y a une pause pour l'hiver et pour le temps des fêtes. Ça fait que au début, l'été, ça m'avait manqué, parce que des fois, j'ai vécu des affaires plus difficiles et j'aurais aimé ça pouvoir plus en parler avec différentes personnes en qui j'ai confiance, avec qui je suis à l'aise. [Participant 17]*

---

## La composition des groupes de formation

Les répondants se sont aussi prononcés sur différents aspects liés à la composition du groupe. D'abord, du point de vue des répondants, le nombre idéal de personnes dans le groupe devrait se situer entre huit et dix. Les arguments en faveur de ce nombre tiennent au fait qu'il doit y avoir, d'une part, assez de personnes dans le groupe pour que les échanges soient riches et fluides, sans pour autant que les participants aient de la difficulté à suivre les échanges. Cela aurait aussi pour effet de laisser un temps de parole suffisant à chacun ainsi que pour la réalisation des exercices.

---

► *C'était assez [de personnes] pour que ce soit intéressant. Pour qu'il y ait beaucoup de monde qui partage, mais pas trop pour ne pas qu'on se perde non plus. On était à peu près une dizaine. Si on avait été plus, c'est sûr qu'un moment donné... C'est bien beau partager, mais quand il y a trop de monde, ce n'est pas mieux. Non, je trouvais que c'était un beau groupe. C'était bien. [Participant 1]*

---

---

► *Il y a des choses qu'on partage plus en petit groupe et qu'en gros groupe tu n'aurais pas fait ça. [Participant 2]*

---

Les répondants se sont aussi prononcés sur la pertinence de privilégier un groupe fermé, c'est-à-dire où les nouveaux participants ne sont pas admis et où le groupe demeure le même d'un module à l'autre. Selon eux, le fait de faire partie d'un groupe fermé contribue à la création d'un climat propice au partage et aux liens de confiance. Dans cette optique, la confidentialité est de mise. Du même coup, cela évite aux participants de devoir constamment s'ouvrir et s'adapter à de nouvelles personnes :

---

► *Le fait que ça soit un groupe fermé, et tout ça... Il n'y a pas une adaptation à faire avec des nouvelles personnes, et tout ça. Moi, avant de me sentir à l'aise dans un nouveau groupe, ça dépend de la fréquence, mais ça peut prendre... si c'est rien qu'une fois par semaine, ça peut prendre quelques semaines avant que je prenne ma place. [Participant 17]*

---

---

► *J'ai entendu encore à la dernière rencontre une personne qui a dit : « J'en parle, parce qu'on est dans un groupe où je sais que ça va rester ici ». Fait que je pense que c'était une notion qui était très importante pour tout le monde, au départ. Ça, je pense que c'est quelque chose de précieux. [Participant 16]*

---

De plus, il semble qu'EMILIA s'adresse davantage à des personnes qui ont déjà fait quelques pas dans leur processus de rétablissement et qui ont la volonté de continuer ce cheminement. Celles-ci ne doivent pas être en crise, mais suffisamment stables pour participer aux échanges et être en mesure de s'ouvrir aux autres.

---

► *Et il y en a une que c'est parce qu'elle est en dépression présentement, et elle n'est pas encore assez rétablie pour se rétablir plus, si on peut dire! [rires]. D'après moi, il faut être rendu là. Quand tu es en crise, c'est moins évident d'assimiler comme ça. Même si normalement, la personne n'aurait pas de problème. Mais quand on est trop dans la ligne de rétablissement, si on est trop proche du début, je ne dis pas que ça ne donne rien de suivre EMILIA, mais ce n'est pas... Tu as peut-être besoin d'autre chose, d'autre aide avant. [Participant 17]*

---

---

► *Parce que c'est sûr, quelqu'un qui est renfermé ou qui n'est pas rendu là, ça peut... Il faut vraiment avoir fait, je pense... Tu sais, quelqu'un qui mettons, qui est beaucoup sur la médication, ou quelque chose. Ou quelqu'un qui est dans une phase down. Je pense que pour participer à ça, c'est sûr qu'il faut vouloir s'ouvrir un peu. Et partager. Et ça vient brasser des affaires en dedans. Fait qu'il faut être rendu à ce stade-là. [Participante 2]*

---

## L'animation et l'approche pédagogique

Les répondants ont aussi parlé de leur appréciation de l'animation qui contribue fortement à faire d'EMILIA une formation singulière. Rappelons d'abord que les deux animateurs se positionnent principalement dans un rôle d'accompagnement, plutôt que dans un rôle d'expert ou d'intervenant, ce qu'apprécient grandement les participants.

---

► *Les deux partagent aussi de leur vécu.... Ça fait qu'on ne se sent pas comme dans une place où ça serait un grand maître académique, et : « Je détiens le savoir absolu », et vous êtes... Là, c'est plus d'égal à égal, comme mode d'échange, si on peut dire. [Participant 17]*

---

Le modèle de co-animation proposé par EMILIA est aussi évalué très positivement par les participants. Le fait qu'il y ait deux personnes, ayant chacune des forces et un vécu distinct, contribue selon eux à la richesse et à la diversité des échanges.

---

► *Je trouve ça agréable, parce qu'ils ont chacun une manière d'animer qui est différente. Fait que tu sais, ce n'est pas plate, et ce n'est pas redondant. Et un apporte quelque chose, et ça fait penser quelque chose à l'autre, et là, l'autre amène son opinion. Fait que tu sais, ils interagissent entre eux autres. [...] Ce n'est pas long et plate comme si c'était un cours avec juste une personne. [Participante 6]*

---

De plus, il est mentionné que la présence de l'animateur ayant un savoir expérientiel crée une proximité avec les participants. Aux yeux de ces derniers, cela donne de la crédibilité à la formation parce que ces animateurs « savent de quoi ils parlent » et deviennent en quelque sorte des modèles pour eux.

---

► *En étant une participante de l'atelier et elle anime en plus, c'est comme si ça aidait à familiariser, ça aidait le contact. Ce n'est pas comme une personne employée salariée, c'est ça que je veux dire. Je ressentais qu'elle et moi, nous sommes à peu près à la même égalité. [...] Parce qu'elle est une participante comme moi. Ça m'aide à me rapprocher. Moins de gêne, moins de distance. [Participante 4]*

---

---

► *Quelqu'un qui a vécu la même problématique que moi, je trouve que ça vient me chercher plus. J'aurais plus tendance à plus l'écouter et à le croire. C'est niais, hein! Mais pourtant, quelqu'un qui a étudié dans le domaine, il sait de quoi il parle lui aussi. Mais je ne sais pas... Je me sens plus à l'aise avec quelqu'un qui a subi la même chose que moi, et qui s'en est sorti. Pour moi, c'est un beau modèle, tu sais! Fait que je trouve ça agréable qu'il soit là, oui. [Participante 6]*

---

Les compétences des animateurs sont aussi reconnues comme étant des éléments positifs. À titre d'exemple, les participants soulignent le savoir-faire et le professionnalisme des animateurs, appréciant que ces derniers prennent le temps d'expliquer et de vulgariser pour faciliter la compréhension. Leur savoir-être est aussi apprécié. Les animateurs ne portent pas de jugement à l'égard du vécu des participants, leur attitude est positive et ils offrent un bon soutien et une écoute.

---

► *Elle pense d'une façon positive, la personne qui anime EMILIA. C'est motivant pour nous autres, de discuter. On se sent accepté dans un groupe. Il n'y a pas de préjugé. Ça, je trouvais ça intéressant. [Participant 12]*

---

Enfin, dans la manière d’animer, les participants apprécient l’attention portée au respect de leur rythme. On fait en sorte de ne pas surcharger les séances de formation et de progresser avec les participants. Au besoin, s’il devient nécessaire de revoir le calendrier, les animateurs n’hésiteront pas à le faire.

## Le contenu des exercices

Les entrevues de recherche ont permis d’amasser plusieurs avis sur la pertinence des exercices, la formule utilisée et les thèmes traités.

À plusieurs reprises, on a par exemple soulevé le fait que de pouvoir s’exprimer lors des exercices, tant sur les forces que l’on possède que les difficultés que l’on rencontre, était très aidant. Voici à cet effet un extrait d’entrevue révélateur.

---

► Ici à EMILIA, ce qui est le fun, c’est que dans le groupe, tu es capable de partager. Si tu as eu une grosse peine et s’il remonte plein d’émotions à un moment donné, tu es capable de le partager. Autant si tu es fière de toi, et tu dis : « Hey, ça, j’ai été capable de faire ça! » C’est bien. On partage les deux. [Participante 16]

---

En ce qui a trait à la formule à privilégier pour les exercices, on retient qu’il est préférable de varier les méthodes. Certains préfèrent que les exercices se fassent par écrit, d’autres qu’ils se fassent verbalement, par le dessin ou en équipe de deux ou trois personnes. Les vidéos ou les témoignages de personnes connues du milieu de la santé mentale ayant passé par la maladie sont aussi très appréciés dans les exercices et génèrent beaucoup d’espoir.

---

► Il y a des exercices qui étaient peut-être comme plus... Écrire, remplir... Surtout quand on écrit. Des fois, c’est plus difficile de l’exprimer à l’écrit. À l’oral, ça va bien sortir. [Participante 16]

---

---

► Des périodes de créativité. De ne pas seulement écrire, mais de... Parce que moi, des fois, je ne suis pas capable de l’expliquer. D’expliquer quelque chose. Fait que je vais le dessiner. Je vais faire un dessin à la place pour présenter ce que j’essaie de dire. [Participante 19]

---

---

► Elle nous pose des questions. On réfléchit sur ces questions-là. Souvent en équipe de deux. Ça, j’aime ça, ce côté-là, parce que là, on peut travailler tout le temps avec quelqu’un de différent à chaque rencontre. [Participante 6]

---

---

► Jusqu’à date, on a seulement... Juste en parlant, comme ça, mais j’aimerais ça le voir dans un document, dans un vidéo, ou des témoignages écrits ou visuels. Oui, j’aimerais ça. [Participante 4]

---

Des répondants ont aussi insisté notamment sur le fait que le type d’exercice et les thèmes abordés lors des modules de formation contribuaient à leurs apprentissages et à leur cheminement.

---

► Les exercices écrits, tu apprends à te connaître, avec les questions qu’ils nous posent, des fois. Ça va nous faire réfléchir. Souvent, on ne le partage pas nécessairement, mais je revenais sur mes notes, je m’apercevais que j’avance. Parce qu’il a été un bout de temps dans la santé mentale, j’avais l’impression de reculer, pas d’avancer. Et là, j’ai l’impression que j’ai faite des grands pas. Et ce n’était pas de même avant EMILIA. [Participante 20]

---

---

► *On a fait beaucoup d'exercices descriptifs. Décrire nos forces, les écrire. Ça motive. Ça nous fait prendre conscience qu'on est capable d'être positif. D'être capable de comprendre les choses. C'est des facteurs qui nous font prendre conscience des forces qu'on a en nous et qu'on est capable d'évoluer dans un groupe. Avec une façon différente, comme on évolue dans le milieu qu'on est. Et d'être bien. Qu'on est bien face à ça. Surtout sur le module axé sur les forces. C'est celui-là que je me rappelle le plus. [Participant 12]*

---

En contrepartie, on retrouve aussi des commentaires à l'effet que certains exercices pourraient être retravaillés de façon à amener les participants plus loin dans leur réflexion ou, encore, pour éliminer les redondances :

---

► *Je trouve que c'est bien fait, mais des fois, j'aimerais ça être plus questionnée. Tu sais... J'ai aimé le programme, et j'aimais les prises de conscience et les questions qu'ils nous donnaient, mais je trouve qu'on aurait peut-être pu en avoir plus. Moi, je suis peut-être difficile, mais j'en aurais pris plus. [Participant 6]*

---

---

► *EMILIA, c'est comme ceux qui commencent avec une problématique, qui commencent en santé mentale. C'est très pratique pour eux autres. Mais je pense que quand on est rendu dans un rétablissement. Pour moi, ça me prend plus que ça encore. Quelque chose de plus profond, encore, qui va venir me faire faire un pas de plus. [Participant 19]*

---

---

► *C'est ce qu'on a reproché en premier lieu à EMILIA, c'est d'avoir été en répétition un peu. À un moment donné, on avait l'impression de répéter les mêmes choses. [...] Au niveau de nos réponses, dans nos questionnaires, on avait l'impression d'avoir répondu déjà d'une autre façon. [Participant 18]*

---

Enfin, des répondants ont fait des propositions quant aux thèmes qu'ils aimeraient voir traités dans les prochains modules de la formation EMILIA : emploi, relations conjugales, spiritualité, sexualité, relations familiales et la dimension politique de la santé mentale.

### 5.3 DIFFICULTÉS RENCONTRÉES

Les participants se sont exprimés sur les difficultés qu'ils ont rencontrées au cours de leur participation à la formation EMILIA. Le fait par exemple de s'ouvrir et de parler devant un groupe d'une expérience difficilement vécue peut se révéler très stressant. Si ce type d'émotion a été ressenti en début de processus, celui-ci s'est rapidement transformé, une fois le lien de confiance établi entre les membres du groupe.

---

► *Ben c'est sûr qu'au début, j'étais gênée. Oui. Au début, j'étais gênée de parler en groupe. J'aime ça, mais ça me prend une période d'adaptation. Tu sais! Au début, je ne fais pas confiance aux gens facilement non plus. Que ce soit les intervenants ou les autres, j'étais comme réticente un petit peu au début. J'étais stressée. J'avais peur qu'on me juge et des choses comme ça. Mais je te dirais que ça a passé vite. Et aujourd'hui, je suis très à l'aise et ça va super bien. [Participant 6]*

---

Aussi, certains exercices de la formation EMILIA peuvent susciter des émotions pénibles et raviver des souvenirs douloureux chez les participants. Dans certains cas, cela peut même aller jusqu'à exacerber les symptômes de leur maladie.

---

► *Il y a un exercice que j'ai moins aimé. Mais c'est juste cet exercice-là. C'est que... comment je dirais bien ça. On rentrait dans la pièce et personne ne nous parlait. [rires] [...] C'était froid pas mal cet exercice-là. C'était difficile. Ça me rappelait des mauvais souvenirs. [Participant 8]*

---

---

► *Quand ils parlent de la stigmatisation [...] C'est plate en parler, c'est plate le vivre, et c'est plate en parler. [...] Ça nous fait réfléchir beaucoup. Et comme j'entends des voix, ça les a stimulées un peu.* [Participante 11]

---

Enfin, lors de certains exercices, des participants affirment avoir rencontré des difficultés de compréhension.

---

► *Répondre à quelques questions. Sur le coup, j'avais de la misère à me centrer sur les questions, au début. Ben tout le long... Je prenais un petit moment d'arrêt. C'est peut-être moi qui avais un problème de déroutier mon cerveau à réfléchir, d'introspection. Mais il y a des gens qui ont eu plus de misère que moi. Mais à la fin, la dernière page, les deux-trois derniers cours, ça a commencé à s'enchaîner.* [Participante 15]

---

---

► *Il y a certains mots, ou certaines phrases que j'ai de la difficulté à saisir. Ça m'a pris un petit peu plus de temps que les autres. Oui.* [Participante 4]

---

---

► *Il y avait quelques questions auxquelles j'ai accroché. Que je ne savais pas trop ce qu'ils voulaient dire, parce que c'était comme plus compliqué. Des questions qui étaient plus compliquées.* [Participant 7]

---

## 5.4 RETOMBÉES POUR LES PARTICIPANTS

Participer à la formation EMILIA entraîne diverses retombées pour les participants que nous retrouvons à la présente section. Il est à noter qu'il ne s'agit pas ici de retombées évaluées à l'aide d'un instrument de mesure, mais plutôt de la perception que les participants en ont.

### Apprendre à se comprendre

EMILIA favoriserait des prises de conscience chez les participants, et ce, dans différentes sphères de leur vie, ce qui se traduirait par une bien meilleure compréhension d'eux-mêmes.

---

► *Ça nous aide à prendre conscience de ce qu'on est. [...] En me posant des questions, de dire : « Regarde donc ça, à ce moment-là, je faisais ça, j'avais écrit telle affaire! » Et après ça, six mois après, un an après : « Ah, regarde donc ça, c'est d'autre chose! » Tu sais! Je trouve que ça aide pour ça. Et pas juste maintenant, mais pour le futur, ça va aider, tu sais! Et ça nous aide à prendre conscience d'où on est rendu, et de faire le point sur soi-même, tu sais!* [Participante 3]

---

---

► *J'apprends à me comprendre et à me connaître. J'ai appris à connaître mes points faibles, mes points forts. Je veux dire... Je me suis dit que même si je suis bipolaire, ce n'est pas un handicap. Je peux passer à travers ça. Et je suis TDAH, et je suis capable de me calmer, et de dire là, j'écoute et je me concentre. Ça, j'ai appris à faire ça avec EMILIA, je ne le faisais pas avant. Ça m'a aidé à me concentrer et avec les exercices, qu'on faisait en groupe.* [Participante 20]

---

### Respecter son expérience de vie

Dans le même ordre d'idée, la formation EMILIA a amené certains participants à changer le regard qu'ils portaient sur eux-mêmes. Cette dernière leur a en effet permis de normaliser le problème de santé mentale, de diminuer la culpabilité générée par la maladie tout en rendant la personne plus consciente de ses limites. Respecter ainsi son expérience de vie permettrait même, dans certains cas, de se réconcilier avec les expériences vécues y compris son passé.

---

► Tu sais, ça m'aide à rester positive, là. Au lieu de dire : « Ah, regarde, j'ai des médicaments, je suis ci, je fais ça... » Tu sais! Je ne pense pas à ça. J'essaie de plus travailler avec mes forces que j'ai, les intérêts que j'ai. Que j'aime. Tu sais! Ça m'aide beaucoup à m'en sortir. [Participant 3]

---

---

► Je me suis rendu compte, dans le fond, que tout ce qui m'était arrivé de négatif, c'était parce que j'avais eu une problématique de santé mentale et que ce n'était pas de ma faute. Fait que là, ça m'a enlevé un gros poids sur les épaules, ce qui fait que j'ai augmenté mon estime de moi, et que je suis plus positive. [...] Tu sais, c'est un peu comme quelqu'un qui ferait du Parkinson, et à qui tu demandes d'être waiter demain matin. Tu sais, un moment donné, s'il l'échappe le café, ce n'est pas de sa faute! [rires] Il a eu un épisode de Parkinson et il ne le savait pas qu'il avait ça. En gros! C'est comme ça. [Participant 2]

---

## Se libérer de préjugés, se dévoiler et s'affirmer davantage

La formation EMILIA a aussi aidé certains participants à se dégager des préjugés qu'ils avaient intériorisés en lien avec la maladie mentale et à se dévoiler plus librement auprès de leur entourage.

---

► Jusqu'à récemment, ce n'est pas quelque chose que je parlais réellement de ma problématique de santé mentale. Parce que j'avais trop peur des préjugés. [...] Ça m'a aidé à changer ma vision de la vie, de ma maladie et dans le fond me sentir moins limité par mes problématiques de santé mentale et avoir plus d'ouverture sur le monde. [Participant 17]

---

---

► J'ai appris que j'avais des préjugés peut-être un peu par rapport à ma maladie, et à la maladie en général. Des préjugés que les autres avaient aussi. J'ai appris à faire fi de ça. Si j'avais des préjugés, c'est parce que je pensais plus que des gens pouvaient en avoir par rapport à moi [...] C'est sûr que ça, ça a changé. [Participant 6]

---

De fait, les personnes s'affirment davantage en lien avec leurs besoins et leurs limites.

---

► Avant, j'avais de la misère à m'affirmer. Et là, je commence tranquillement à m'affirmer. Je me suis dit : « Peu importe ce que le monde peut penser, quand on ne se sent pas bien dans une chose, il faut le dire. Ou quand on n'est pas à l'aise avec une telle affaire, et bien par exemple on peut faire d'une autre manière. » En tout cas, ça va m'aider dans l'avenir, pour l'avenir. [Participant 3]

---

---

► Respecter mes limites. Oui. Et les garder en tête, mes limites. Quand quelqu'un me pose une question, maintenant, ce n'est plus oui ou non, vite. Je dis : « Est-ce que je peux y penser? » Je vais y penser. Tu sais! Fait que ça me donne le temps. C'est dans ce sens-là que maintenant, en acceptant mon rythme plus lent, j'accepte aussi de pouvoir prendre le temps d'y penser. [Participant 16]

---

## Révéler son potentiel et reprendre confiance en soi

En prenant conscience du chemin parcouru et des forces qu'ils ont, les participants réalisent qu'en dépit de la maladie, ils ont quand même accompli des choses importantes dans leur vie. Constaté que l'on a un potentiel à exploiter aide à reprendre confiance en soi, à croire en l'avenir et à vouloir continuer d'avancer dans la vie. Plusieurs commentaires témoignent de cette retombée :

---

► Moi, me réaliser? [...] J'ai comme ré apprivoisé ça. Comment avancer encore dans la vie, avec un peu d'espoir, avec encore l'idée de réalisation. D'utilité. [...] EMILIA, ça m'a renforcée dans ça. Tu sais, j'avais déjà des amorces de faites, mais ça m'a renforcée dans ça. De me dire : « Oui, tu peux encore réaliser des choses ». [Participant 16]

---

---

► *Entre autres, ce qui m'a réveillée ici beaucoup, c'est la deuxième partie. Miser sur nos forces. Ça, j'ai découvert.... [...] « Tiens! C'est vrai. J'ai des forces, je suis capable. Il faut que je développe ça. » [...] Ça m'a ouvert et je me suis dit : « Tu es bonne dans ça, fonce, fais quelque chose. » Et c'est ça que je commence à faire. [Participante 3]*

---

► *Grâce à EMILIA, je pense que ça revient dans ma tête ça. Oui. Des belles choses, des accomplissements que j'ai faits par le passé. Je ne les voyais plus, là, mais on dirait que ça revient. Ça me les ramène. [Participante 14]*

---

► *J'ai appris à me connaître. Et les choses que je fais, maintenant, bien je sais que je suis capable de les faire. Et j'ai moins de réticence à essayer des choses nouvelles. Oui. Je te dirais que ça m'a amenée là. À avoir confiance en moi et à me dire que tout va bien aller dans le futur. [Participante 6]*

---

► *Je te dirais que ça m'a donné le goût de vivre. J'avais le goût de vivre avant, mais on dirait que là, ça a renforcé. Parce que là ce n'est pas à tous les jours que tu t'arrêtes et que tu te dis : « Bon, ben là, il faut que je fasse ci, ça, ça, pour avoir du plaisir, pour être bien. » Tu sais! Là, on a pris le temps d'y penser, à tout ça. Fait que je te dirais que quand je me lève le matin, je pense à ça, et je me dis : « Caline, je suis contente de me lever ce matin! » Et je te dis, j'aime ça, venir ici! [Participante 6]*

---

► *Je pense qu'EMILIA, ce que j'ai fait à date dans EMILIA, ça va toujours m'aider. Ça va être une base pour moi, de dire. Hey, si un moment donné je me sens découragée, ça peut arriver, des fois, on n'est pas toujours... Tu sais, ça peut arriver, des fois, des petites périodes de découragement, ou des fois, quand on reste toujours sur le même chemin. Tu sais! Ou que c'est toujours stable, qu'il n'y a rien qui avance. Des fois, on se dit : « Coudonc, qu'est-ce qui se passe, il n'y a rien qui avance, et il n'y a rien! » Et un moment donné, tu regardes ça et : « Tiens! Regarde donc ça... J'ai cette force-là! » Tu sais, tu te mets à t'arrêter. Et tu sais, c'est quand on arrête un moment donné, qu'on prend un petit recul et qu'on regarde ça, bien c'est là que je me dis qu'il y a des choses qui viennent. [...]C'est une roue qui tourne. Il y a toujours quelque chose qui arrive de nouveau. Et c'est ça qui est le fun. Et ça me fait moins peur, dans l'inconnu, dans l'avenir. [Participante 3]*

---

► *Généralement, j'étais plus pessimiste qu'optimiste, ça fait qu'au début, ce n'était pas évident de trouver du positif. [...] Au début, ce n'était pas évident, mais à force de le faire et de voir les exemples des autres, c'est devenu plus facile, et même dans le fond que maintenant... il t'arrive de quoi, une badluck et tout ça, et là, maintenant, moi, j'essayais de voir : « C'est quoi le positif là-dedans? » [...] On est plus heureux si on focus plus sur le positif. Et en faisant ça, c'est de plus en plus facile. On voit la lumière au bout du tunnel, si on peut dire. Et ça élargit notre vision du monde et de comment il est. [Participant 17].*

---

### Faire des changements dans sa vie pour « aller mieux »

Les outils reçus et les apprentissages réalisés dans EMILIA ont aussi aidé à mieux cibler ce qu'ils devaient travailler pour cheminer dans leur rétablissement et à poser des actions concrètes pour apporter des changements dans leur vie. EMILIA apporte donc, entre autres, l'élan nécessaire pour la mise en mouvement, notamment sur le plan relationnel.

---

► *Ça m'aide à avoir un meilleur regard sur ma vie et sur les relations plus négatives qui peuvent m'entourer, et d'être plus facilement conscient que ça peut avoir un impact. Et ça m'a permis de m'en rendre compte et de prendre des moyens pour régler temporairement les problématiques qui devenaient trop pesantes pour moi. [Participant 17]*

---

---

► *Ça m'a permis de voir que j'avais des relations que je voulais garder. [...] Et ça m'a permis de juger, de voir et de réfléchir aux relations qui étaient plus correctes pour moi, pour ma santé, et que je voulais maintenir, si l'autre personne est d'accord, bien sûr. [Participante 15]*

---

---

► *[EMILIA] c'est un programme qui m'a aidée à sortir de ma maison. Mon isolement. C'est sûr que ça, ça a fait une grosse différence dans ma vie. C'est un objectif, c'est un but. C'est le fun. [Participante 14]*

---

Certains participants ont pour leur part choisi un mode de vie plus organisé en fonction des priorités qu'ils se donnent de maintenir de saines habitudes de vie, et ce, dans la perspective d'un « aller mieux ».

---

► *Toutes ces formations-là, et toutes ces activités-là, ça m'aide à garder mon logement, et, disons, une vie responsable. Une vie responsable, oui. De faire mon budget, de me garder en forme, et d'avoir des repas sains. J'essaie, j'essaie. Parce qu'avant [...] ma vie, c'était un autre monde. Je dormais le jour, et la nuit, je ne dormais pas, je regardais des films. [...] Et ce que je mangeais, ce n'était pas sain. Et tout ce que j'ai appris, j'essaie de transposer dans ma vie quotidienne. [Participante 4]*

---

---

► *J'ai réussi à progresser sur le maintien des habitudes. Des bonnes habitudes que j'ai. Parce que c'est ça qu'il me manquait, moi. J'ai réussi à trouver une certaine réorganisation pour pouvoir maintenir ça, ma santé mentale. [Participante 15]*

---

---

► *Je pense qu'EMILIA, c'est ça que ça m'a fait, ça m'a aidée à structurer un peu ma vie. [...] Dans ma tête. Dans mes pensées à moi. J'ai vu c'était quoi mes priorités, chose que je n'ai jamais comprise dans le passé. [Participante 14]*

---

## Développer son réseau social

La participation à EMILIA a permis aux participants de trouver un [nouveau] réseau social auprès duquel ils trouvent de l'écoute, du soutien et de l'entraide. Des amitiés se sont créées, l'isolement se fait moins sentir et le sentiment de solitude se dissout tranquillement.

---

► *Les petits à côté, les petits extras, le regroupement de personnes. Les amitiés qu'on se crée, aussi. Chose que je n'avais pas beaucoup. Les amitiés. [...] On a fait une sortie. On a été voir une conférence un moment donné. Fait que j'ai bien aimé ça. Ça me faisait sortir en soirée, chose que je fais moins depuis quelque temps. [Participante 14]*

---

---

► *Dans le groupe, on se connaît plus. Fait que c'est comme si on avait entamé des relations d'amitié. Et on s'est dit quelques secrets, fait que on se comprend mieux. C'est une façon de voir la nouvelle relation. [...] Parce qu'on se revoit ici. On se revoit ici, dans les activités à l'extérieur. C'est bien. [Participante 11]*

---

---

► *Il y en a un participant, on parlait ensemble, après le cours. Et un moment donné, on a échangé nos numéros de téléphone. On s'appelle, on va prendre un café. Ça a créé des liens. [Participante 19]*

---

## Développer ses habiletés sociales

Les participants mentionnent en outre qu'en prenant part à EMILIA ils développent des habiletés sociales telles que leurs capacités d'écoute, de communication, et d'empathie. Ils apprennent à entrer en contact

plus facilement avec les gens, à respecter les idées divergentes aux leurs et sont plus sensibles aux émotions des autres. De nombreux témoignages vont en ce sens :

---

► *J'ai appris qu'il fallait se respecter, les uns les autres. Et on n'avait pas toujours la même opinion, mais j'ai appris qu'il fallait respecter l'opinion des autres.* [Participant 18]

---

---

► *Ça a eu des répercussions sur mon quotidien de telle sorte que je n'aborde plus les gens de la même façon. Je me suis rendu compte que j'essaie [davantage] de ne pas couper la parole et de laisser une personne terminer.* [Participant 18]

---

---

► *J'ai appris à écouter, en tout cas! À écouter les autres. Parce que des fois, ce n'est pas toujours évident d'écouter les autres. Ça m'a aidée à avoir plus d'écoute, parce que je voulais comprendre aussi.* [Participante 19]

---

---

► *Je vais être capable de ressentir ce que l'autre ressent. Parce qu'avant, j'étais dans ma bulle. Je n'écoutais pas tout le temps. Mais maintenant, je vais prendre plus le temps de les écouter.* [Participante 20]

---

---

► *Je suis timide de nature, donc ça me permet un peu de me voir avec d'autres personnes. Et que ça aille bien. C'est ça. J'ai pas mal amélioré ma timidité.* [Participant 5]

---

---

► *La perception des gens. J'avais toujours appris à me méfier. J'avais beaucoup de méfiance. Et maintenant, j'ai une perception beaucoup plus ouverte vis-à-vis des gens. C'est ça que ça m'a donné, EMILIA. Ça m'a donné une ouverture d'esprit et une perception des gens, que les gens ne sont pas tous bornés. Et une nouvelle perception de chaque personne. Qu'il y a du positif dans chacun et que chaque personne a du potentiel, finalement.* [Participant 18]

---

---

► *Ça m'apprend à m'ouvrir, à être moins pognée. Comme j'étais, j'étais tellement pognée. C'était difficile. Même avec mon conjoint, j'étais pognée. Maintenant, s'il a de la peine, je vais le faire parler. Je ne faisais pas ça avant.* [Participante 20]

---

## Se sentir « inclus »

Parallèlement, en prenant part aux discussions de groupe, les participants se sentent compris par rapport à différents aspects de leur vie, et ils se constatent qu'ils ne sont pas seuls à avoir vécu certaines choses. Il s'en dégage un sentiment d'inclusion et d'appartenance.

---

► *Et en partageant avec les autres, ça m'a permis de sentir comme une appartenance des gens qui avaient vécu la même chose. Parce que des fois, on se sent isolé, d'avoir vécu telle ou telle problématique. Ou telle chose. Et je me rends compte qu'il y avait des gens qui avaient vécu des choses similaires à moi.* [Participante 2]

---

Au final, le fait de participer à EMILIA aura permis à certains de se sentir désormais inclus socialement, c'est-à-dire d'avoir une place « dans le système ». Voici comment une participante exprime cette idée :

---

► *EMILIA, je vais m'en souvenir toute ma vie. Parce que ça m'a remis dedans. Je trouve que ça remet comme dans le système, un peu. La structure qu'il y a eu et signer des papiers de formation de Louis-Jolliet. Après ça, c'est juste l'après-midi, mais ce n'est pas grave. Au moins, c'est une belle journée pareille. Ça donne une idée de ce que c'est, avoir un horaire.* [Participante 15]

---

La présente section porte sur l'expérience des animateurs de la formation EMILIA. Dans un premier temps, les motivations à devenir animateur sont présentées, suivies des défis rencontrés et de la perception des retombées de ce rôle d'animateur.

### 6.1 MOTIVATION À DEVENIR ANIMATEUR

Les motivations à devenir un animateur de la formation EMILIA sont multiples et varient selon que l'on est un intervenant d'organisme communautaire en santé mentale ou une personne ayant un savoir expérientiel en lien avec le problème de santé mentale.

La volonté de développer sa pratique professionnelle sur le plan de l'animation se présente comme la principale motivation des animateurs ayant une expérience d'intervention.

---

▀ *Ça fait un petit bout de temps que je cherchais à découvrir d'autres facettes de l'animation. Je n'étais pas tout à fait à l'aise dans mon rôle, avant. Je trouvais qu'il me manquait quelque chose. Et EMILIA, je trouvais que ça venait combler un peu ce qu'il manquait. [Communauté de pratique]*

---

Le fait que l'animation se fasse en tandem a aussi été un moteur d'implication. Plusieurs voyaient là une belle façon d'actualiser la complicité qu'ils avaient pu développer antérieurement avec leur coanimateur.

---

▀ *Je connaissais déjà [nom d'un animateur ayant un vécu expérientiel]. Ça fait plusieurs années qu'on travaille ensemble. C'était [nom d'un animateur ayant un vécu expérientiel] qui avait suivi la formation, donc on s'est dit que ça serait une belle aventure à faire ensemble. [Communauté de pratique]*

---



---

▀ *C'est quelque chose que j'aime, depuis des années, j'aime coanimer. Je coanimais déjà beaucoup avec [nom d'une personne ayant un savoir expérientiel]. Si vous vous rappelez, au début, la chimie était déjà très installée. [...] J'aime ça coanimer avec quelqu'un. Je trouve que ça amène un plus. Donc ça, pour moi, c'est quelque chose de bien important aussi. [Communauté de pratique]*

---

Pour ce qui est des personnes ayant un savoir expérientiel, il a été mentionné que la motivation à coanimer la formation EMILIA relevait de la volonté de s'impliquer différemment au sein de l'organisme fréquenté.

---

▀ *En tant que membre, vu que j'ai pas mal d'expérience... Ça fait quand même une dizaine d'années que je suis membre à [nom d'un organisme]. [...] J'avais fait le tour par mal partout. [...] Et là, j'essayais de checker les programmes qu'il y avait. Je suis un essayeur de programme. Et là, j'ai embarqué là-dedans. [Communauté de pratique]*

---

### 6.2 APPRÉCIATION DE LA FORMATION DES ANIMATEURS ET DE LA COMMUNAUTÉ DE PRATIQUE

Les animateurs jugent que la formation qu'ils reçoivent en début de processus est essentielle. Elle leur permet de bien saisir les spécificités de l'animation et la conduite à adopter. Le fait que les deux animateurs suivent la même formation contribue également à l'établissement d'une relation égalitaire entre eux et engendre des moments forts en émotions. Cela leur permet de créer des liens.

Par ailleurs, les animateurs se rappellent certains exercices de la formation qui ont été marquants pour eux et qui leur ont permis de se mettre dans la peau des « futurs participants ». Toutefois, plusieurs avouent qu'il leur était parfois difficile de saisir la pertinence ou l'utilité des exercices durant leur formation. Ce n'est qu'après coup qu'ils ont pu s'approprier véritablement leur rôle et faire des liens concrets entre leur formation et leur rôle d'animateur.

---

► *Ben moi, je l'ai vraiment compris à 100 % quand j'ai commencé à l'animer, on dirait. Ça a été quand même... Malgré que j'intégrais bien les exercices qu'on a faits pendant la formation et je trouvais ça super enrichissant, mais je l'ai vraiment compris, l'ampleur de la chose, quand j'ai commencé à animer. [Communauté de pratique]*

---

Tout comme la formation qu'ils ont reçue, la communauté de pratique est jugée fort utile et pertinente pour les animateurs, parce qu'elle leur permet de tirer profit de l'expérience des autres. Soulignons enfin que le partage d'expérience qui s'y réalise est tout à fait cohérent avec l'approche EMILIA.

---

► *Ça a été comme mon moment de créer des liens avec les autres qui animent. Et je trouve que c'est le fun, c'est normalisant. On peut partager notre expérience, comment ça fonctionne dans les autres groupes. [...] De voir les défis, les idées. Il y a des idées que j'avais prises de toi [en parlant d'un autre animateur], que tu nous avais amenée pour le soutien social. Toi, tu l'avais déjà donné. Donc ça, je trouve que c'est essentiel. Surtout dans la façon dont le contenu est monté. Vraiment. [Communauté de pratique]*

---

---

► *Ben moi, ça [la communauté de pratique] me garde connectée. Je sais que je vais avoir du contenu à ramener. Donc je prends des petites notes. Il y a des affaires qu'on a échangées la dernière fois que j'ai appliquée ou que j'ai changée dans ma façon d'animer. [Communauté de pratique]*

---

---

► *Ça, je trouve que c'est quelque chose d'intéressant. Parce qu'on n'avait jamais travaillé ensemble. Je trouve que c'est comme de se rallier, aussi. De se faire former ensemble, et de partager ensemble. [Communauté de pratique]*

---

La communauté de pratique se présente donc comme une opportunité pour les animateurs non seulement de travailler ensemble, mais aussi de se côtoyer, ce qui, à l'extérieur d'EMILIA, est rarement possible.

### 6.3 LES DÉFIS DE L'ANIMATION

Bien que leur motivation soit bien présente et que l'expérience des animateurs soit dans l'ensemble très positive, cela n'exclut pas qu'ils aient également dû relever des défis importants.

#### La gestion des moments d'émotions dans le groupe

Les exercices de la formation EMILIA sont susceptibles de raviver la mémoire des événements difficiles et de créer d'importantes montées d'émotions chez les participants, voire même une onde de choc dans les groupes. Devant ces situations, les animateurs doivent jauger jusqu'où ils peuvent amener les participants à revisiter ces expériences douloureuses tout en ayant la préoccupation que ces derniers quittent la séance sans être démolis.

---

► *Oui, parce que quand on parlait entre autres. Le témoignage de [nom d'une personne], avec les électrochocs, tout ça. J'ai quelqu'un dans le groupe qui en a eu beaucoup [d'électrochocs]. Ce matin-là, on peut dire qu'elle a fessé une vague. Elle s'est mise à pleurer et elle trouvait ça difficile, et tout ça. Fait que des fois, nous aussi, comme intervenant, on se pose la question. Est-ce que c'est correct d'aller jouer là-dedans? [...] Et après ça, c'était correct, et j'ai pris le temps. La dame pleurait après, mais on a pris le temps. Mais reste qu'on repart pareil, nous autres aussi, en disant : « On a ouvert une porte... » Et en même temps, elle a fait des prises de conscience par rapport à tout ça. [Communauté de pratique]*

---

---

► *C'est quand est-ce qu'on ouvre la porte? Quand est-ce qu'on ne l'ouvre pas? Et des fois, quand il y a des gens que ça venait vraiment toucher, on se demandait : « C'est quoi l'impact que ça a sur les autres? » C'est correct, aussi, mais des fois... Jusqu'où on laisse aller? Une personne a besoin, mais le reste du groupe lui? Moi, je suis sensible à ça. Est-ce que ça va être trop pour eux autres? Donc souvent, on disait : « Ça, qu'est-ce que ça vous fait de vivre ça? » [...] Donc, il faut vraiment être à l'affût et regarder ça aller. Ce n'est pas tout le temps évident. [Communauté de pratique]*

---

## Livrer son vécu

Pour les animateurs, le partage de leur vécu avec les participants est ce qui permet de créer avec eux des relations égalitaires. Ceux qui ont un vécu expérientiel trouvent parfois difficile de devoir « sur demande » livrer leur expérience de la maladie. Comme ils sont un modèle pour les participants, ce recours au vécu est cependant nécessaire.

---

► *Tu sais, c'est lourd, pour elle [l'animatrice ayant un vécu expérientiel] aussi. Les gens la regardaient : « Toi, comment ça a été, ton hospitalisation? » Tu sais! [rires] C'était intense, parfois, pour elle. [Communauté de pratique]*

---

Pour les animateurs ayant une expérience d'intervention, livrer leur témoignage implique pour leur part un changement de pratique qui se fait progressivement.

---

► *Il faut être rendu là, sur le plan professionnel. Il faut être prêt à... Parce que des fois, on peut se sentir comme imposteur. Quand on a commencé à animer, hein, on se le disait... « Voyons, il me semble... Parce que je n'ai pas une problématique [de santé mentale], on se sentait comme... [rires, les autres acquiescent]. On vivait ça, hein? On se sentait quasiment mal, quasiment stigmatisés, de... Et ça, ça s'est comme estompé, en tout cas, pour ma part. Ce bout-là s'est estompé, parce que j'ai livré des choses, aussi. Fait que là, ça venait contrebalancer des affaires. Mais c'est sûr que... C'est un processus. [Communauté de pratique]*

---

## La gestion du temps de parole

Un autre défi rencontré par les animateurs concerne la gestion du temps de parole lorsque certaines personnes, par exemple, prennent beaucoup de temps pour s'exprimer, ce qui peut avoir pour effet de démobiler les autres participants. Ces situations relativement fréquentes exigent beaucoup de doigté de leur part parce qu'ils doivent à la fois maintenir la participation de tous, tout en restant suffisamment flexibles pour permettre à ceux qui ont besoin de s'exprimer de le faire.

---

► *Je pense qu'en même temps, d'avoir cette souplesse-là, que ce soit quelqu'un qui parle plus, à une certaine rencontre, et de le nommer : « Pour aujourd'hui, ça a été elle qui avait besoin... » Parce que des fois, il y a des gens qui peuvent réagir en disant : « Moi aussi, j'ai besoin ». Mais en même temps chacun a son moment aussi. Parce que c'est ça, vraiment aider quelqu'un. Ce n'est pas juste en surface, deux minutes, j'ouvre la porte, et je referme la porte. [Communauté de pratique]*

---

## Assurer une participation équitable entre les coanimateurs

Tous deux rémunérés et ayant reçu la même formation, les animateurs doivent s'inscrire dans un rapport qui se veut égalitaire et qui, dans le même mouvement, permet de valoriser leurs forces respectives. Pour assurer une participation équitable à chaque séance de formation, un temps de préparation conjoint est souhaitable. Faute de temps, il arrive cependant que ce soit l'animateur ayant une expérience d'intervention qui, seul, planifie la formation.

---

► *Au départ, c'était moi qui montais l'atelier, parce que je l'avais lu, et là, j'arrivais avec [nom de l'animateur ayant un vécu expérientiel], et là, je me rends compte que... Si on anime EMILIA, bien il faut que je sois dégagée, moi, un deux-trois heures pour échanger avec lui. Que lui donne sa couleur. Qu'on puisse faire la planification ensemble. [Communauté de pratique]*

---

## L'intégration des exigences administratives du CLJ

Le partenariat avec le CLJ implique que les animateurs doivent se soumettre à des processus administratifs de reddition de compte tels que la compilation des heures de formation dispensées, la tenue d'un registre des présences, l'évaluation des participants, etc. Si pour certains animateurs cela s'est fait naturellement, notamment ceux qui avaient déjà eu une expérience de collaboration avec le CLJ, pour d'autres, ce type d'exercice, s'est révélé être plus difficile.

---

► *Nous autres, c'était nouveau. C'est sûr que l'aspect paperasse... [rires] on ne gagne pas le premier prix. [rires] [Comité de pilotage]*

---

---

► *En ce qui concerne plus spécifiquement le journal de bord des participants soutenant le processus d'évaluation, celui-ci, selon certains répondants, nécessiterait quelques aménagements. [en parlant du journal de bord] En général, c'est bien rempli. Il y a certaines questions que je modifierais, parce que je me suis dit : « Oups! Il y a peut-être des choses qui sont moins bien comprises. » [...] Il y aurait des petites choses à adapter. [Comité de pilotage]*

---

---

► *Les gens trouvaient que c'était lourd [le journal de bord]. Un peu lourd. Donc il faudrait voir s'il n'y a pas moyen d'alléger. Ou peut-être que c'est une question de compréhension. [Comité de pilotage]*

---

## L'utilisation du matériel d'animation

Le matériel d'animation est jugé utile et pertinent par la plupart des animateurs. Toutefois, certains modules leur demandent d'apporter des changements substantiels aux exercices qui les composent. En effet, des exercices se répètent d'un module à l'autre ou, encore, nécessitent l'utilisation d'outils d'animation (par exemple : des cartes) qui ne plaisent pas toujours aux participants. C'est à l'usage, et suivant la rétroaction de ces derniers qu'il est possible de faire ces constats. L'enjeu s'avère d'autant plus important ici que les animateurs disposent de peu de temps pour préparer leur animation.

---

► *Je trouvais qu'il y avait beaucoup d'objectifs présentés, pour moins de contenu. Moi, personnellement. Je trouvais que j'avais à être créative. Et essayer de comprendre c'était quoi les éléments de réponse. [...] La présentation. Les objectifs sont clairs, mais les exercices, je me demandais des fois où ça voulait arriver. Fait que je me suis adaptée [...] Ce n'était pas tout préparé. J'avais des recherches à faire pour que ce soit accessible. [Communauté de pratique]*

---

## 6.4 RETOMBÉES POUR LES ANIMATEURS

Animer la formation EMILIA entraîne diverses retombées pour les animateurs que nous retrouvons à la présente section. Il est à noter qu'ici non plus, il ne s'agit pas ici de retombées évaluées à l'aide d'un instrument de mesure, mais plutôt de la perception que les animateurs en ont.

### Une possibilité de donner au suivant

En se voyant octroyer un statut d'« animateur », les personnes ayant un vécu expérientiel en santé mentale sentent qu'elles peuvent aider d'autres personnes, en raison des compétences que leur confère leur savoir d'expérience. Cette possibilité d'accompagner d'autres personnes, de donner au suivant contribuerait aussi à leur propre processus de rétablissement.

---

► *[En parlant d'un animateur ayant un vécu expérientiel] Pour lui, ça a été vraiment une expérience porteuse. [...] J'ai l'impression qu'il y a quelque chose de l'ordre... Bon, d'une part, il était rémunéré, mais aussi en termes de rôle. Il a eu une formation. Donc la façon qu'il s'est approprié ce rôle-là. Ça a été vraiment important dans son cheminement, qui se poursuit. [...] Donc il y a quelque chose qui a bougé aussi dans le rapport avec le... Peut-être parce que ce joint-là entre l'apprentissage expérientiel et le fait qu'on est capable d'en parler, et que ça a vraiment une existence papier potentielle. Il y a comme un joint. Il y a quelque chose qui s'est passé. [Comité de pilotage]*

---

---

► *Nos choses EMILIA qu'on fait à l'heure actuelle, c'est à peu près ce que j'ai retenu de mes 10 années d'expérience avec [nom de l'organisme]. Fait que le projet EMILIA, moi, ça m'a apporté une continuité d'apporter de l'aide à d'autres personnes sur ce que j'ai vécu. [Communauté de pratique]*

---

## Un tremplin vers d'autres implications

Animer les formations EMILIA s'avère être une expérience mobilisante, voir même un tremplin vers d'autres implications et contribue, en ce sens, à modifier le cheminement des animateurs ayant un vécu en lien avec un problème de santé mentale. Ainsi, certains ont quitté l'organisme qu'ils fréquentaient, désirant désormais passer à autre chose. D'autres affirment être maintenant en position de prendre davantage de responsabilités dans leur vie :

---

► *Là, on est embarqué dans de quoi que là, au moins, je me sens utile. Tu sais, j'en fais déjà beaucoup dans les ateliers et tout. Mais ça, c'est un plus que... mettons, de m'embarquer dans des responsabilités qu'avant ça, je fuyais. [...] Avant, pas de responsabilités et prendre des choses en charge, ça ne m'intéressait pas. Mais là, j'en ai pris, et ce n'est pas si pire que ça! [rires]. Ça aurait peut-être changé ma vie, si j'avais embarqué dans des affaires de même avant ça. Donc si j'avais eu un projet EMILIA il y a 15 ans, peut-être que ma vie ne serait pas pareille. [Communauté de pratique]*

---

## Une meilleure compréhension de la réalité des personnes

Pour les animateurs ayant une expérience d'intervention, une autre des retombées significatives est le fait que cette formation leur donne un accès privilégié au vécu des personnes, à leurs « vraies expériences » et au final, leur permet de mieux les comprendre. Cela a aussi pour effet de leur rappeler toute l'importance de l'accueil et de l'écoute liés à l'approche pédagogique prônée par EMILIA.

---

► *Ce qu'EMILIA apporte, vraiment, c'est beaucoup le lien privilégié qu'on a avec les gens. [...] Il y a tellement de choses qui se livrent, et tellement de belles choses, en même temps. Tu te dis : « Wow! Si tous les intervenants avaient la chance d'entendre ça, je suis convaincue que personnellement, on évoluerait dans le bon sens. [Communauté de pratique]*

---

---

► *Savoir... Les personnes en santé mentale, les rapports qu'une personne a eus avec le psychiatre, ou bien comment ça s'est passé avec les électrochocs, et tout ça. De savoir, les problèmes que les personnes ont affrontés, voir si ça se regroupe. Savoir c'est quoi vraiment que le monde en santé mentale a vécu comme problème, ce qu'il vive encore et les solutions apportées à leurs problèmes. [Communauté de pratique]*

---

---

► *Je trouve ça tellement génial d'être dans tout ça. En même temps, on dirait que ça m'amène moi, personnellement, à me dire : « C'est vrai, l'importance de l'accueil... L'importance de l'écoute réelle, l'écoute active. » Ça me sensibilise à... Ça me garde là-dedans. [Communauté de pratique]*

---

## Renforcement de l'identité professionnelle

EMILIA amène aussi les animateurs à renforcer leur identité en tant qu'intervenant en milieu communautaire en permettant une réflexion collective et un rassemblement des expertises entre des organismes qui, bien qu'œuvrant dans le même champ, ont peu d'occasions de travailler ensemble. Cette opportunité qu'offre EMILIA renforce aussi le sentiment d'appartenance entre les intervenants et organismes membres de l'AGIR.

---

► *Et même nous, comme intervenants, je pense que ça a des impacts, aussi. Nous, comme intervenants, notre posture, comme intervenant. C'est d'autant plus intéressant de travailler dans cette optique-là que de travailler dans un cadre très très formel, clinique. [...] Parce qu'ils ont une certaine philosophie aussi avec laquelle ils travaillent, qu'ils se sentent. Moi je trouve qu'en amenant des programmes comme ça, on vient renforcer ce côté-là. Ça rejoint un peu un côté identitaire, aussi. [Comité de pilotage]*

---

---

► *Comme je disais tantôt au niveau de l'interorganisme aussi, se connaître un peu plus. Je pense que de faire les choses ensemble et de s'approprier EMILIA au niveau du communautaire... Parce qu'en même temps, je pense qu'on est un peu là-dedans. Et je trouve ça intéressant que ce soit porté par l'AGIR et que ça grossisse, aussi, et qu'on montre qu'on a une expertise. [Comité de pilotage]*

---

## 7.1 LES ÉLÉMENTS FAVORABLES À L'IMPLANTATION

Les résultats de l'évaluation suggèrent jusqu'à présent plusieurs éléments qui ont été favorables à l'implantation d'EMILIA et qu'il importe de maintenir dans le contexte de nouvelles initiatives de formations EMILIA.

### Le leadership de l'AGIR

L'implantation d'EMILIA a été initiée et menée par l'AGIR, un regroupement d'organismes communautaires en santé mentale. En associant ses membres à ce projet et en l'introduisant dans une démarche de réflexion collective en regard de la spécificité des pratiques communautaires en santé mentale, l'AGIR s'est avéré un acteur mobilisateur important. Le succès des démarches qu'elle a entrepris pour assurer le financement d'une personne responsable de la coordination a aussi été un facteur contributif à l'implantation d'EMILIA.

### La mise en place d'un comité de pilotage pour accompagner l'implantation dans les organismes

Les organismes communautaires en santé mentale offrant la formation EMILIA ont tous des réalités spécifiques (mission, clientèle) dont il importe de tenir compte dans l'implantation. C'est pour tenir compte de cette diversité et des défis respectifs que le comité de pilotage, lequel est activement impliqué dans l'implantation d'EMILIA, devient incontournable. Au sein de ce comité s'opère également un partage d'expertise profitable à tous.

### Le partenariat avec le Centre Louis-Jolliet

Le partenariat de l'AGIR et de ses membres avec le CLJ dans l'implantation des formations EMILIA a permis de donner une structure plus officielle aux formations. Ajoutons que ce partenariat donne aussi accès à des professionnels du secteur de l'éducation qui, par leur expertise, ont renforcé le processus d'implantation. Enfin, le partenariat avec le CLJ apporte de la crédibilité à la formation et ouvre la porte à en faire, éventuellement, un programme d'étude officiel et permanent du MEES. Il d'un élément favorisant la pérennité de cette formation.

### Les adaptations faites aux modules de formation

Les adaptations faites aux modules de formation tels qu'ils se présentaient dans la version européenne d'EMILIA ont été gagnantes. Par exemple, au Québec, les séances de formation se déroulent sur une demi-journée par semaine plutôt que sur des journées complètes et consécutives. Au niveau du contenu des modules, rappelons aussi que les animateurs ont eu la liberté de modifier les modules de formations en y ajoutant leur propre couleur. Cela a permis de mettre en valeur le haut niveau d'expertise en animation que possède le milieu communautaire en santé mentale. Il en résulte, certes, que les formations ne sont pas toutes uniformes, mais cela se fait au profit de la liberté de créativité des animateurs ce qui est fort apprécié.

### La formation des animateurs

La formation des animateurs est importante pour provoquer le changement de posture attendue chez les animateurs possédant une expérience d'intervention. Le fait que cette formation soit animée par deux personnes ayant des expertises différentes (pédagogique et intervention communautaire) apparaît aussi être une formule gagnante. Pour l'animateur ayant un savoir expérientiel, ajoutons que cette formation contribue à lui donner un plus grand sentiment d'égalité avec son coanimateur et au développement d'une collégialité entre eux.

### Le choix de rémunérer les animateurs ayant un vécu expérientiel en santé mentale

La rémunération des animateurs ayant un vécu expérientiel et le statut qui en découle, c'est-à-dire le fait de ne plus être seulement « participant aux activités de l'organisme », mais aussi « employés » de cet organisme contribue largement à créer une relation plus égalitaire dans la coanimation des formations EMILIA.

Cependant il faut s'assurer que la rémunération de ces derniers ne nuise d'aucune façon aux allocations gouvernementales qu'ils peuvent recevoir. En ce sens, des solutions concrètes doivent être envisagées et partagées entre tous les organismes communautaires offrant des formations EMILIA.

### La mise en œuvre des communautés de pratique

La communauté de pratique est un ajout à la version européenne d'EMILIA et s'avère avoir été très enrichissante pour les animateurs. Celle-ci représente une rare occasion de rencontrer des intervenants provenant d'autres organismes communautaires en santé mentale et un lieu important de partage d'expertise.

### L'accompagnement par un projet de recherche

L'accompagnement du processus d'implantation par une équipe de recherche a rendu possible un regard externe et critique sur l'ensemble de la démarche. Cet accompagnement, en outre, a permis de documenter chacune des étapes traversées, d'en tirer des apprentissages et d'anticiper jusqu'à un certain point de ses retombées. Enfin, il importe également de le dire, la présence de l'équipe de recherche a été vue par certains participants comme une marque de la crédibilité de la formation et a influencé positivement leur motivation à y participer.

## 7.2 PERSPECTIVES DE DÉVELOPPEMENT

À partir des résultats de l'étude, nous présentons ici des recommandations visant à compléter l'implantation de la formation EMILIA ainsi qu'à améliorer son fonctionnement.

### 1. ÉTABLIR UN PLAN D'IMPLANTATION PERMETTANT DE MENER À TERME LA MISE EN ŒUVRE DE LA FORMATION EMILIA

Il est recommandé qu'un plan réaliste soit fait pour mener à terme l'implantation d'EMILIA. Ce plan devrait permettre de situer l'horizon dans lequel les prochains modules de formation seront mis en œuvre, incluant le temps nécessaire pour les traduire et adapter à la culture québécoise. Mener à terme l'implantation d'EMILIA est en effet une condition nécessaire pour l'inscrire en tant que programme au MEES et pour en assurer aussi l'exportation dans les autres régions du Québec. Il va de soi que ce plan doit tenir compte des ressources humaines et financières disponibles à sa réalisation.

### 2. MAINTENIR À JOUR LE MATÉRIEL D'ANIMATION

Au fil de l'implantation, les animateurs se sont appropriés la formation en développant leurs propres outils ou en adaptant le contenu des modules. Ces ajustements sont partagés entre animateurs lors de la communauté de pratique et les guides d'animation « révisés » sont déposés dans un dossier électronique auquel les animateurs ont accès via Internet. Si cette liberté est souhaitée, elle fait en sorte qu'avec le temps et avec la multiplication du nombre de communautés de pratique, le contenu d'origine d'EMILIA risque de se disperser. Il est donc important que tout le matériel d'animation continue d'être régulièrement mis à jour et facilement accessible par la suite à l'ensemble des animateurs d'EMILIA qui, bien sûr, pourront continuer de faire évoluer leur pratique.

### 3. MENER UNE RÉFLEXION SUR LA COMPOSITION DES GROUPES DE PARTICIPANTS

Les résultats de l'étude soulèvent la nécessité de mener une réflexion collective en regard de la composition des groupes. Cette réflexion devrait se faire à trois niveaux.

- a) **Cibler le profil des participants pouvant davantage bénéficier d'une formation comme EMILIA.** Bien qu'en principe la formation EMILIA s'adresse à toutes personnes vivant avec un problème de santé mentale, la pratique nous apprend cependant que la présence de certaines caractéristiques chez les personnes soit nécessaire pour y participer pleinement. Ainsi, le « profil type » du participant devra faire l'objet d'une réflexion. Les participants doivent en effet être en mesure de s'investir dans les échanges et être ouverts à dévoiler leur vécu. Cela exige de la personne une capacité d'introspection et un recul vis-à-vis des expériences douloureuses de sa vie. En ce sens, pour le futur, il apparaît important de s'interroger sur la manière de procéder au recrutement des participants, même si cela soulève un malaise devant la possibilité que soient exclues des personnes ne présentant pas le « profil type ».

- b) **Privilégier les groupes fermés.** Les retombées des formations EMILIA sont favorisées par le fait que les participants partagent entre eux des expériences très intimes, développent par le fait même un lien de confiance et un souci d'entraide. Bref, ils évoluent ensemble. On comprend alors que « le groupe » devient un élément central de la formation. Nous recommandons donc que soient privilégiés les groupes fermés afin de maximiser les retombées associées au partage d'expériences.
- c) **Établir un nombre minimal et maximal de participants dans les groupes.** La phase d'implantation de la formation EMILIA, nous permet de situer à 10 le nombre maximal de participants pour assurer le bon fonctionnement du groupe. Lors des prochaines expériences, il serait intéressant de s'attarder au nombre minimal de participants, car on peut également prévoir que la participation s'essouffera peu à peu dans certains organismes.

#### 4. **ÉLARGIR LE CONTENU DE LA FORMATION DES ANIMATEURS**

La formation des animateurs inclut principalement des exercices visant à leur faire expérimenter des expériences similaires à celles qu'ils auront éventuellement à faire vivre aux participants de la formation EMILIA. Bien qu'ils apprécient d'expérimenter eux-mêmes la pédagogie proposée, ils avouent qu'ils se sentiraient mieux outillés s'ils avaient la possibilité de prendre préalablement connaissance des exercices inclus dans les modules de formation. Nous recommandons donc que lors de futures formations d'animateurs, soit intégrés des moments il soit possible d'en prendre connaissance.

#### 5. **FORMER DES ANIMATEURS SUPPLÉANTS**

Les directions des organismes communautaires offrant la formation EMILIA ont rencontré par le passé des difficultés lorsque, au pied levé, elles ont dû remplacer un animateur qui, pour diverses raisons, ne pouvait continuer de s'acquitter de ses fonctions. Cela soulève l'importance de former des animateurs suppléants qui, au besoin, pourront remplacer les animateurs, et ce, peu importe l'organisme où doit se faire le remplacement. Nous suggérons aussi que les animateurs formés pour jouer ce rôle soient des personnes ayant déjà suivi la formation EMILIA en tant que participants.

#### 6. **MENER UNE RÉFLEXION SUR LE RÔLE DE LA COMMUNAUTÉ DE PRATIQUE**

En cours d'implantation, la communauté de pratique s'est vu attribuer le rôle administratif initialement supporté par le comité de pilotage (ex. : recrutement, horaire des rencontres, adaptation des modules, etc.). À cette étape-ci, il apparaît donc important de demeurer vigilant à la teneur des discussions dans la communauté de pratiques de manière à ce que la question de l'expérience d'animation y reste centrale. Aussi, dans la mesure où les communautés de pratique se multiplient et se diversifient, il apparaît important de trouver une manière de les mettre en lien les unes avec les autres et d'assurer leur « survie » à long terme.

#### 7. **PRÉVOIR DU TEMPS DE PRÉPARATION ENTRE COANIMATEURS**

Avant chaque séance de formation, il est important que les deux animateurs disposent de suffisamment de temps pour s'approprier le matériel et que chacun d'eux puisse y donner sa propre couleur. Ce temps de préparation contribuerait en outre à rendre beaucoup plus égalitaire le rapport entre les deux formateurs.

#### 8. **CIRCONSCRIRE LES OBJECTIFS ET LES IMPACTS ESCOMPTÉS DE LA FORMATION EMILIA**

Dans la mesure où il est souhaité que soit éventuellement mesuré l'impact d'EMILIA chez les participants, il importe dès à présent réfléchir et de préciser quelles sont les retombées concrètes escomptées par cette formation et de se doter, à cette fin, d'indicateurs permettant d'en rendre compte. Ces retombées doivent être mesurables et liées aux objectifs d'EMILIA.

#### 9. **ADAPTER LE CONTENU DE CERTAINS MODULES IMPLANTÉS**

Il a été rapporté qu'il existe une redondance entre les exercices réalisés dans les modules. On a aussi évoqué la nécessité que les exercices suscitent davantage l'action et permettent d'explorer des changements concrets chez les participants. Pour ces raisons, il est recommandé de prévoir une révision du contenu des modules déjà implantés, notamment ceux qui demandent plusieurs modifications de la part des animateurs, et d'inclure cet exercice de révision dans le plan d'implantation (recommandation #1).

## **10. REVOIR LE PROCESSUS D'ÉVALUATION**

Nous recommandons que le processus d'évaluation servant, pour le CJL à juger de la réussite des participants à la formation EMILIA soit revue. Cette révision pourrait s'attarder à la manière de remplir le journal de bord et le temps qui y est alloué à l'intérieur des séances de formations, mais aussi en regard du contenu du journal de bord. Son contenu est en effet jugé être répétitif et difficile à comprendre pour plusieurs participants.

## **11. MATÉRIEL REMIS AUX PARTICIPANTS**

Il est suggéré qu'un cartable spécifique à la formation EMILIA soit créé et remis à l'ensemble des participants. Pour chaque module, ce cartable pourrait inclure une feuille décrivant les exercices à réaliser ainsi qu'un espace pour prendre des notes à propos de réflexions personnelles. Au besoin, les participants pourraient y revenir et apprécier leur progression tout au long des modules suivis. Il serait important d'inclure également dans ce cartable un tableau offrant une vision d'ensemble de la formation EMILIA (description de chacun des modules), afin que les participants puissent mieux se situer dans leur cheminement.

En guise de conclusion, il importe d'insister sur un certain nombre d'éléments. Rappelons d'abord que l'implantation d'EMILIA n'est pas complétée, mais que son avenir semble très prometteur si on se fie aux résultats de l'étude. L'engouement de départ pour la formation tant de la part des participants, des organismes communautaires que des animateurs est en ce sens un précieux indicateur. Aussi, importe-t-il dès à présent de mettre en place les conditions qui favoriseront la pérennité du projet ainsi que sa transférabilité dans d'autres régions du Québec. Plusieurs recommandations émises dans le présent rapport pointent en ce sens.

Il importe également d'insister sur la nécessité de finaliser la mise en œuvre des prochains modules de formation et de mettre en commun les changements déjà apportés aux exercices de ceux qui le sont, car il s'agit, à notre sens, du plus grand défi qui attend EMILIA.

Par ailleurs, bien que les résultats présentés ici ne relèvent pas d'une évaluation formelle d'impacts, ces derniers suggèrent néanmoins qu'il y a des effets bénéfiques à s'impliquer dans la formation EMILIA, et ce, tant pour les participants que pour les animateurs. On retient, notamment, qu'EMILIA participe à un processus d'apprentissage à plusieurs niveaux, imprégné d'un potentiel transformateur pour les personnes qui y prennent part. En ce sens, la formation contribue à leur rétablissement et à leur pouvoir d'agir. Les formations incitent aussi les personnes à faire de réels changements dans leur vie. Pour aller vers une véritable mesure des impacts du projet, il importe toutefois d'identifier des indicateurs mesurables qui seront en liens avec les objectifs d'EMILIA et rendant compte de ces changements.

Enfin, comme l'implantation d'EMILIA est encore en cours nous ne pouvons anticiper sur les effets que le projet peut avoir sur l'identité collective des organismes communautaires en santé mentale. Il y a toutefois là matière à exploration, car souvenons-nous qu'il s'agissait d'un élément contextuel ayant fortement contribué à sa mise en œuvre.

## ANNEXE 1 : MODULES DE FORMATION

**TABLEAU 5 REPRÉSENTATION DES MODULES DE FORMATION EMILIA OFFERTS DANS SA VERSION EUROPÉENNE ORIGINALE**

	Nom du module	Durée de la formation
Compétences de la vie quotidienne	Module d'introduction*	4 heures
	Développement du pouvoir d'agir et rétablissement*	11 heures
	Construire sur ses forces *	15 heures
	Activer son réseau de soutien social*	15 heures
	La stigmatisation *	9 heures
	Soutenir un proche	16 heures
	Communication	16 heures
	Développement personnel	8 heures
	Stress/trauma	16 heures
Compétences professionnelles	Postuler pour un emploi	N/A
	L'entrevue d'embauche	N/A
	Communication au travail	N/A
	Les droits au travail	N/A
Compétences au travail	Des voix puissantes	16 heures
	Travailler en recherche	3 stages sur 5 mois
	Former les animateurs*	24 heures

\* Modules qui ont été offerts dans le cadre de l'implantation du projet EMILIA

## ANNEXE 2 : REPRÉSENTATION DES ÉTAPES DE L'IMPLANTATION DE LA FORMATION EMILIA

TABLEAU 6 REPRÉSENTATION DES ÉTAPES DE L'IMPLANTATION DE LA FORMATION EMILIA

Calendrier	Hiver 2015	Printemps 2015	Été 2015	Automne 2015	Hiver 2016	Printemps 2016	Été 2016	Automne 2016	hiver 2017	
ÉTAPE 1 : LA PRÉPARATION	Création du comité de pilotage, préparation du matériel de formation, opérationnalisation des formations, organisation de la formation des animateurs				Suivi de l'implantation et de la formation des animateurs.					
ÉTAPE 2 : LA FORMATION DES ANIMATEURS ET LA MISE EN ŒUVRE DES COMMUNAUTÉS DE PRATIQUE					Formation de la 1 <sup>ère</sup> cohorte d'animateurs				Formation de la 2 <sup>e</sup> cohorte d'animateurs	Formation de la 3 <sup>e</sup> cohorte d'animateurs
ÉTAPE 3 : LE RECRUTEMENT DES PARTICIPANTS ET LE DÉBUT DES FORMATIONS					1 <sup>ère</sup> cohorte : Recrutement des participants, début des formations et mise en œuvre de la communauté de pratique.					2 <sup>e</sup> cohorte Recrutement des participants, début des formations et mise en œuvre de la communauté de pratique.

### ANNEXE 3 : EXEMPLE DE JOURNAL DE BORD<sup>19</sup>

#### CONSTRUIRE SUR SES FORCES FORMATION EMILIA

Nom du participant : \_\_\_\_\_

Date de début de la formation : \_\_\_\_\_

Organisme dispensant la formation : \_\_\_\_\_

Personne responsable de la formation dans l'organisme : \_\_\_\_\_

Objectifs :

- ⊗ Interpréter ses aspirations, ses désirs, ses rêves.
- ⊗ Distinguer ses capacités, aptitudes, qualités, défauts, forces et faiblesses.
- ⊗ Distinguer ses propres réalisations.

Durée : 30 minutes suggérées. Si des participants ont besoin de plus de temps pour compléter l'évaluation, il est important qu'ils puissent le faire.



<sup>19</sup> Cette annexe est une reproduction de la version originale du journal de bord. Les espaces dédiés à l'écriture des réponses des participants ont été réduits.

1. Nomme trois bons coups, réussites ou réalisations dans ta vie. Explique-nous pourquoi tu es fier.

**Premier bon coup :**

\_\_\_\_\_

Je suis fier ou fière parce que :

**Deuxième bon coup :**

\_\_\_\_\_

Je suis fier ou fière parce que :

**Troisième bon coup :**

\_\_\_\_\_

Je suis fier ou fière parce que :

2. Nomme un projet, un rêve que tu voudrais réaliser (personnel ou professionnel ?)
3. Pourquoi est-ce important pour toi de réaliser ce projet ?
4. Plusieurs éléments peuvent t'aider à réaliser ton projet ou ton rêve : tes qualités, tes compétences, certaines personnes.
- 4.1 Nomme 3 qualités :

\_\_\_\_\_

4.2 Nomme 3 compétences (savoir-faire, savoir-être, connaissances) :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4.3 Qui peut t'aider à atteindre ton objectif et réaliser ton projet? (Nomme 2 personnes)

Nom de la **première** personne: \_\_\_\_\_

Lien avec toi

- Famille
- Ami
- conjoint (e)
- Ressource d'un organisme
- Professionnel

Comment cette personne peut t'aider ?

Nom de la **deuxième** personne : \_\_\_\_\_

Lien avec toi

- Famille
- Ami
- conjoint (e)
- Ressource d'un organisme
- Professionnel

Comment cette personne peut t'aider ?

5. Après avoir suivi ce module de formation, ton projet est-il :
- Plus précis ?  Oui  Non
- Plus réaliste ?  Oui  Non
- Tu sais davantage par où commencer ?  Oui  Non

6. Nomme les principales étapes que tu devras accomplir pour réaliser ton projet :

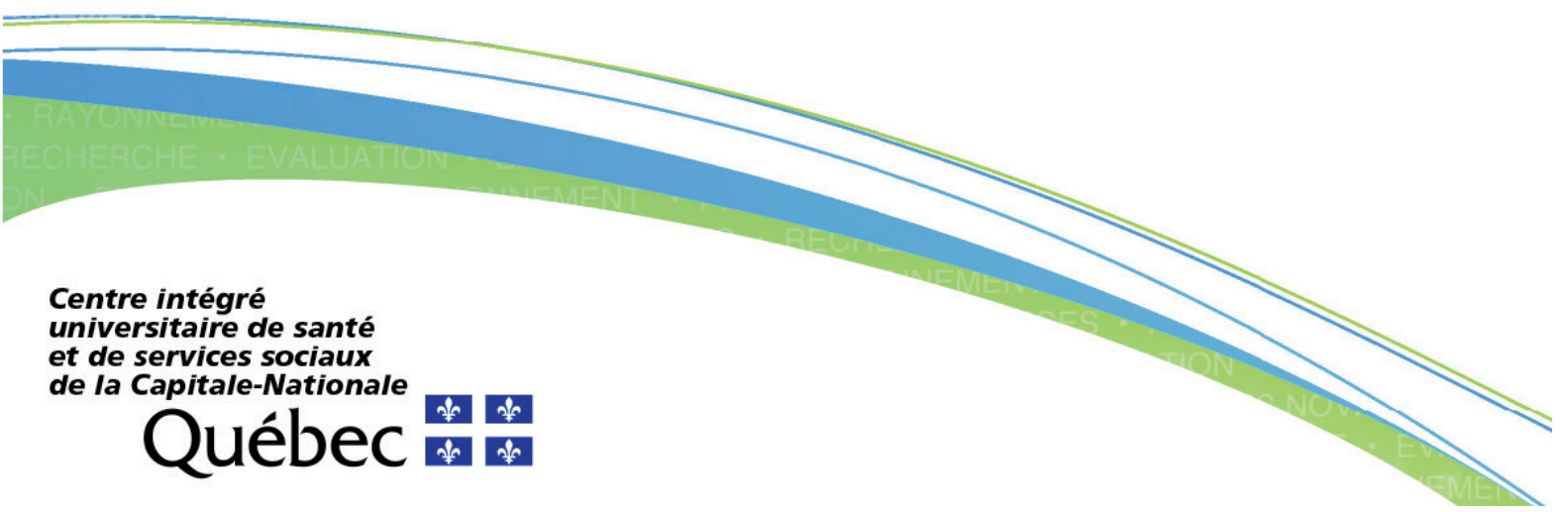
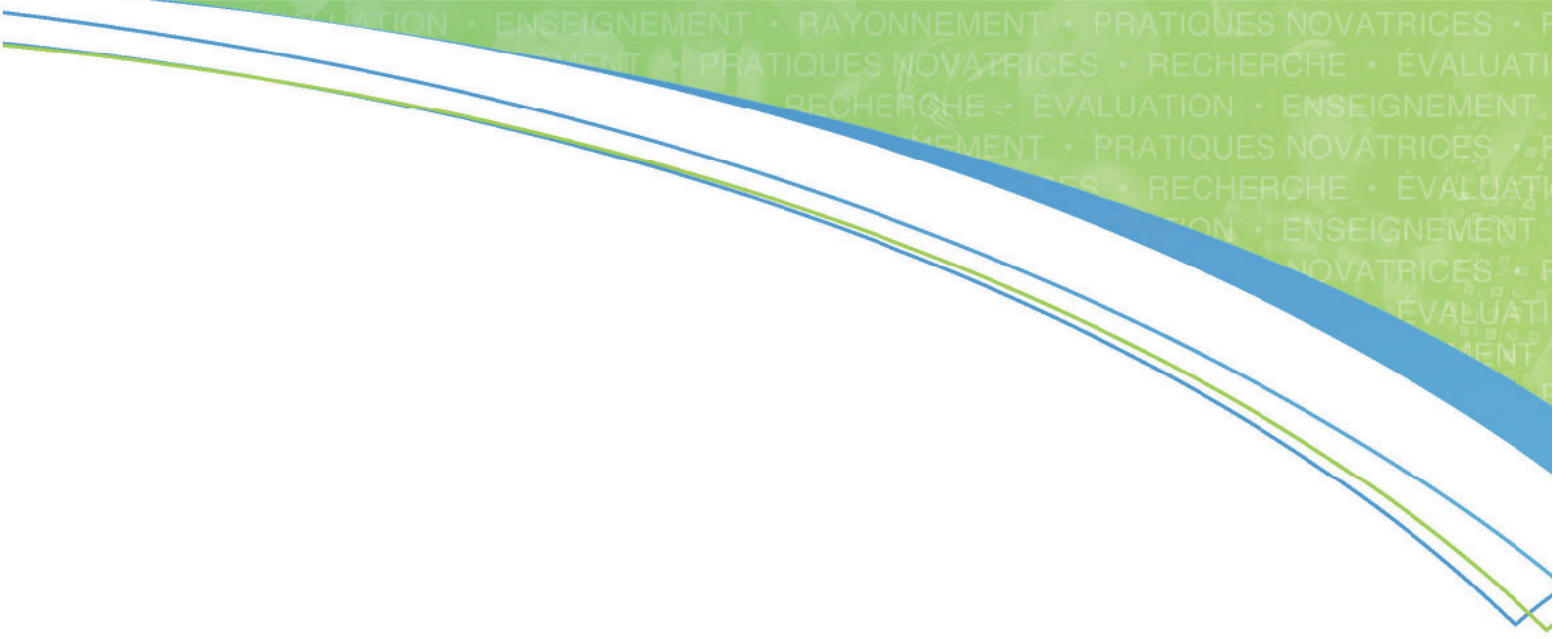
7. À quel moment débuteras-tu ton projet ? \_\_\_\_\_

8. À quel moment penses-tu avoir terminé ton projet ? \_\_\_\_\_

## 10. RÉFÉRENCES

- AGIR. (2010). *Mémoire présenté par l'AGIR en santé mentale au MSSS dans le cadre de l'évaluation de l'implantation du Plan d'action en santé mentale: La force des liens*. AGIR en santé mentale. Québec.
- Brie, M.-H. (2007). *Faire reconnaître sa spécificité : Le défi du XXI siècle. L'expertise communautaire en santé mentale dans la région de Québec*. (Mémoire de maîtrise), Université Laval.
- Commission des Communautés Européennes. (2001). *Réaliser un espace européen de l'éducation et de la formation tout au long de la vie. Memorandum de la commission de l'Union européenne* Bruxelles.
- Grenier, G., & Fleury, M.-J. (2014). Rôle du communautaire en santé mentale dans un système en évolution : état des connaissances et recommandations. *Santé mentale au Québec*, 39(1), 119-136.
- Jouet, E. (2009). Le savoir expérientiel dans le champ de la santé mentale : Le projet EMILIA. *Recherches en Communication*(32), 35-52.
- Le Douaron, P. (2002). La formation tout au long de la vie: Promotion René Cassin. *Revue française d'administration publique*, 104(4), 573-580.
- Mayer, R., & Deslaurier, J. P. (2000). Quelques éléments d'analyse qualitative. In R. Mayer, F. Ouellet, M.-C. Saint-Jacques, & D. Turcotte (Eds.), *Méthodes de recherche en intervention sociale* (pp. 159-188). Montréal: Gaëtan Morin.
- MSSS. (2005). *Plan d'action en santé mentale. La force des liens*. Québec: Ministère de la Santé et des Services sociaux.
- Nelson, G., Janzen, R., Trainor, J., & Ochocka, J. (2008). Putting values into practice: Public policy and the future of mental health consumer-run organizations. *American Journal of Community Psychology*, 42(1-2), 192-201.
- Provencher, H. L. (2002). L'expérience du rétablissement : perspectives théoriques. *Santé mentale au Québec*, 27(1), 35-64.
- Loi sur l'instruction publique, Chapitre IV, Section 1. 97. C.F.R. (Mise à jour en septembre 2017).
- Ramon, S., Griffiths, C. A., Nieminen, I., Pedersen, M., & Dawson, I. (2009). Towards social inclusion through lifelong learning in mental health: analysis of change in the lives of the EMILIA project service users. *International Journal of social psychiatry*, 57(3), 211-223.
- Swarbrick, M., Schmidt, L. T., & Pratt, C. W. (2009). Consumer-operated self centers : Environment, empowerment, and satisfaction. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 47(7), 40-47.
- Vaillancourt, M.-J. (2013). *Les défis de l'alternative*. Paper presented at the Présentation dans le cadre du 30e anniversaire du RRASMQ prononcée le 19 novembre 2013, au Gesù.
- Y. Le Bossé. (2008). L'empowerment : de quel pouvoir s'agit-il? Changer le monde (le petit et le grand) au quotidien. *Nouvelles pratiques sociales*, 21(1), 137-149.





**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale**

**Québec** 