



**L'empowerment en santé mentale
FPS -2008**

Liliane Leroy - 2008
Chargée d'études – Secrétariat Général.
liliane.leroy@mutsoc.be

L 'appropriation du pouvoir commence avec la parole...la parole dans son sens large...c'est prendre position dans des situations, c'est réagir et s'exprimer de différentes façon : d'instinct, par des gestes, par des mots, par un oui ou par un non... »¹

1. Définition..... - 4 -
2. Il ne faut pas confondre « empowerment » et « compliance » ou « observance » ... - 5 -
3. Connaître ses droits. - 5 -
4. S'approprier le pouvoir, c'est choisir..... - 6 -
5. Etre partenaire de son traitement..... - 7 -
6. Etre citoyen - 7 -

1. Définition

« L'empowerment, terme anglais traduit par autonomisation ou capacitation, est la prise en charge de l'individu par lui-même, de sa destinée économique, professionnelle, familiale et sociale. L'empowerment, comme son nom l'indique, est le processus d'acquisition d'un « pouvoir » (power), le pouvoir de travailler, de gagner son pain, de décider de son destin de vie sociale en respectant les besoins de la société. L'autonomie d'une personne lui permet d'exister dans la communauté sans constituer un fardeau pour celle-ci. La personne autonome est une force pour la communauté ».²

Appropriation, réappropriation, empowerment, pouvoir d'agir ?

Le mot pouvoir peut faire peur, il peut être associé à des réactions d'abus, de tyrannie. Pourtant, ce mot est très admis dans les sphères de travail, de l'économie et bien sûr de la politique. Mais est-ce un hasard si singulièrement, cela choque et que c'est difficile à prononcer par les femmes et les « patients ». En effet, l'empowerment ou comme le disent si joliment les québécois, l'empuissancement, c'est le contraire de la docilité, du « béni oui-oui », cela remet en cause le pouvoir de ceux qui « ont **La** connaissance » et qui entendent l'imposer aux autres.

« Peu importe la situation des personnes, aussi dramatique soit-elle, peu importent les étiquettes et le jugement sur leur condition, l'exercice d'un pouvoir sur sa vie est toujours possible. C'est un besoin fondamental aussi essentiel que celui de respirer. Son exercice, par des actions si petites soient-elle, renforce les personnes et, par conséquent la communauté toute entière »³

¹ Paroles et parcours d'n pouvoir fou. Guide pour une réflexion et un dialogue sur l'appropriation du pouvoir individuel et collectif des personnes utilisatrices de services en santé mentale. Montréal 2004

²www.wikipedia.com

³ Paroles et parcours d'n pouvoir fou. Guide pour une réflexion et un dialogue sur l'appropriation du pouvoir individuel et collectif des personnes utilisatrices de services en santé mentale. Montréal 2004

2. Il ne faut pas confondre « empowerment » et « compliance » ou « observance »

« L'« observance » ou « Compliance » est un terme utilisé dans la pratique pharmaceutique (ou plus globalement dans le domaine médical) pour mesurer si un patient donné respecte la posologie de ses médicaments, ou pour savoir si un patient prend bel et bien ses médicaments. L'observance est un élément clé du succès d'une thérapie médicamenteuse; si la prise rigoureuse des médicaments selon leur horaire établi n'est pas respectée, on parlera alors de non-observance, une condition qui peut faire échouer le traitement médicamenteux et mettre en danger la santé d'un patient. »⁴. Ce concept s'est étendu au respect des prescrits de prévention et le glissement se fait de plus en plus couramment entre empowerment et observance, dénaturant la notion d'empowerment pour en faire un paramètre de l'obéissance, pour dire aux patients comment, pour leur bien ils doivent se comporter.

La Fondation roi Baudouin en livre un bel exemple dans son rapport sur les inégalités en santé. « Un mode de vie sain est crucial pour la santé, tout comme un cadre de vie sain. Toute promotion d'un mode de vie plus sain doit donc s'accompagner d'améliorations du cadre de vie en général et de celui des plus précarisés en particulier...C'est pourquoi l'approche intersectorielle et holistique (...) s'applique également à la promotion de la vie saine. Celle-ci est une question d'empowerment et de responsabilisation tout en restant dans une optique de solidarité et pas dans une optique d'intolérance envers ceux qui ont plus de difficultés à adopter un mode de vie plus sain ». ⁵

3. Connaître ses droits.

La loi sur les droits du patient du 6 octobre 2002 précise que tout citoyen a droit à une information claire et précise au sujet de sa santé et des soins qu'il reçoit, il peut consulter son dossier médical, il peut choisir librement le prestataire de soins, donner ou non son accord pour une intervention médicale, il a le droit de porter plainte, (les mutualités peuvent l'assister).

Enfin, cette loi rappelle la protection de la vie privée : aucune information ne peut être divulguée sans le consentement de la personne. Rappelons que le code de déontologie exige que les prestataires de soins médicaux, les paramédicaux, les psychologues peuvent partager le secret professionnel avec d'autres professionnels tenus elles-mêmes par le secret professionnel. Cependant cela ne peut se faire que dans l'intérêt du patient. Or on constate que les dossiers médicaux se retrouvent trop souvent « au milieu de la table » lors de la discussion d'équipe. Est-ce bien dans l'intérêt du patient ? A-t-on, en tant que patient, le sentiment que le kiné sait que l'on a des difficultés avec ses enfants ? , que le médecin sait

⁴ http://www.pilbox-shop.fr/boutique/page_actus_page.cfm?code_lg=lg_fr&num_actus=9

⁵ Inégalités en santé Recommandations politiques. *Recommandations du groupe de travail 'Inégalités en santé' de la Fondation Roi Baudouin à l'intention des différentes autorités politiques en Belgique. Octobre 2007*

qu'on a demandé à l'ergothérapeute de pouvoir faire des collages ? ces infos sont-elles utiles à l'un et à l'autre ? Le sentiment de bien des personnes qui séjournent en hôpital, c'est que leur vie est étalée, connue de tous, qu'il n'ont plus de jardin secret...Les professionnels ont le sentiment d'agir « pour le bien des patients », or ces « détails » sont importants quand on est confronté aux réalités de la vie en institution. L'entourage, la famille peut aider à ce que ce droit soit mieux respecté.

4. S'approprier le pouvoir, c'est choisir.

Il y a des conditions favorables au choix : avoir plusieurs choix, être informé des différents avantages, implications, conséquences des différentes options, pouvoir les évaluer...

Cela signifie pouvoir faire un choix en toute connaissance des causes de la nature et du but du traitement, des effets, des procédures utilisées, des risques et effets secondaires associés, des traitements alternatifs, des conséquences d'une non-intervention.

En ce qui concerne les thérapies en santé mentale, nous ne pourrions que conseiller de s'informer sur les différentes méthodes de thérapie, sur la formation du thérapeute, sur les modalités de fonctionnement et de discuter celles-ci le praticien que l'on consulte.

Un travail préalable intéressant serait de dresser le portrait robot du thérapeute « idéal », de façon à savoir ce qu'on attend de lui et de ne pas hésiter à consulter plusieurs personnes pour trouver celle avec laquelle on va pouvoir se sentir bien. Il est important aussi de pouvoir lui dire ce qu'on attend de lui, ce que l'on ne veut pas et de se constituer en véritable partenaire de la relation, c'est à dire d'essayer de tendre à une égalité dans la relation.

Quant, aux médicaments, leur prescription ne constitue pas, loin s'en faut, une « science exacte », une évidence. Les médicaments sont des choix qui peuvent être modulés en fonction de l'effet souhaité, des inconvénients, de ce qu'on peut ou pas supporter, de la façon dont on vit le médicament et ses effets secondaires. Il y a un savoir partagé.

S'informer, comprendre, connaître les termes utilisés, les effets secondaires, pouvoir faire la part des choses et distinguer ce qui relève de la maladie que l'on a des effets secondaires des médicaments est important et permet de juger, de décider. Ainsi, par exemple, si un médicament destiné à diminuer les hallucinations auditives a comme effet secondaire de rendre impuissant, il n'y a que la personne elle-même qui peut, entre deux maux, choisir celui qu'elle préfère et son choix peut varier dans le temps...

5. Etre partenaire de son traitement

Il en est de la santé mentale comme il en est de la santé en général. Le patient doit pouvoir être au centre des soins, être partenaire de son traitement. Il y a deux personnes compétentes dans la relation médicale comme dans la relation psychothérapeutique : le praticien et la personne.

Le professionnel aura aussi son rôle à jouer (la relation « patient-professionnel » évolue heureusement dans ce sens) il doit viser l'appropriation de son savoir par la personne, prendre en compte ses capacités à décider à comprendre. L'idéal serait que le professionnel vise à ce que le « patient » soit aussi savant que le praticien en ce qui concerne sa problématique.

On pourra objecter que certes, on a parfois besoin de faire confiance de façon aveugle, d'être pris en charge en s'en remettant à une personne situations de crises, de stress, d'angoisse peuvent laisser la personne dans un moment d'impossibilité momentanée de se prendre en charge. Une façon de faire respecter ses choix est de s'y prendre à l'avance, de prévenir son entourage de ce qu'on souhaite si une crise se présente, chez qui, à quel hôpital on préfère être référé, qu'est ce qui nous fait du bien dans ses moments là etc..

Le processus d'appropriation du pouvoir sur sa vie est un processus inconscient. Il se produit pas à pas, souvent à la suite d'information nouvellement acquise, d'une frustration, de la rencontre d'une personne significative ou encore, à la suite d'une crise.

Toutefois, pour atteindre une qualité de vie, il est primordial que les personnes utilisatrices de services en santé mentale participent à leur propre intégration, c'est-à-dire qu'elles jouent un rôle actif plutôt que passif. Que les personnes utilisatrices soient au centre des décisions en leur permettant de s'approprier le pouvoir sur leur vie ! Que l'espoir et le rêve soient au centre de tout traitement et que ce dernier soit axé vers le rétablissement.⁶ Le principe d'« empowerment » n'est pas un état de fait, mais plutôt une démarche par laquelle la personne acquiert des capacités et des aptitudes lui permettant de contrôler davantage sa propre destinée.

6. Etre citoyen

Toutefois, pour atteindre une bonne qualité de vie, il est primordial que les personnes utilisatrices de services en santé mentale participent à leur propre intégration, c'est-à-dire qu'elles jouent un rôle actif plutôt que passif. L'empowerment se vit aussi au niveau collectif.

⁶ http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/prob_sante/sante_mentale/index.php?id=8,13,0,0,1,0
Luc Vigneault.

« L'un des objectifs de l'empowerment communautaire est de rendre la communauté capable d'analyser sa situation, de définir ses problèmes et de les résoudre afin qu'elle jouisse pleinement de son droit aux services et qu'elle puisse poser des actes de prise de responsabilité et d'action sur le plan collectif. Dans la perspective politique, l'empowerment est le résultat qui permet de changer les structures actuelles et les relations de pouvoir entre les diverses instances »⁷ Les quatre piliers de l'empowerment sont : la participation (assistance muette, participation aux discussions, aux décisions), la compétence technique, l'acquisition progressive de connaissances pratiques et techniques requises par l'action, la conscience critique, les actes.... Aux actes citoyens, donc !

⁷ Une maison des femmes au cœur de la cité, un lieu de bien-être et d'empowerment –Liliane leroy - FPS -2008