

## FORUM SUR L'ENTRAIDE DE MONTRÉAL 2012

### SYNTHÈSE DE LA JOURNÉE

Bonjour à chacune et à chacun d'entre vous,

Tous les soirs, au Réseau de l'information de Radio-Canada, Anne-Marie Dusseault dispose de 60 minutes pour résumer 24 heures. Personnellement, je dispose d'environ 10 à 12 minutes pour faire le tour de près huit heures de témoignages généreux et exceptionnels sur l'extraordinaire apport des groupes d'entraide et de soutien, un apport qui, comme l'indique le slogan du Forum, constitue une source essentielle d'espoir dans la Cité.

Pour relever ce défi, j'ai pensé que le plus honnête est de vous avertir que cette synthèse de la journée sera d'abord et avant tout MA synthèse de la journée. Je ne chercherai donc pas à traduire avec objectivité toute la richesse des activités qui se sont déroulées aujourd'hui, ce dont je serais incapable, du reste, et risquerait de ne pas rendre justice au travail et à l'engagement des personnes qui se sont pleinement investies pour assurer le succès du Forum. Je vais plutôt m'en tenir à vous livrer mes impressions personnelles, lesquelles, je l'espère, rejoindront les vôtres pour une bonne part et je vous invite à compléter mes impressions par vos impressions pour constituer ainsi votre propre synthèse.

Ma lecture personnelle des différentes activités et témoignages s'appuie sur un fil conducteur, à savoir la nécessaire complémentarité qui doit exister entre les spécialistes de la santé et les groupes d'entraide et de soutien.

Comme moi, vous avez sans doute remarqué à quel point la complémentarité entre spécialistes et non-spécialistes se manifeste dans les interventions collectives lors de grandes catastrophes publiques, telles que la crise du verglas en Montérégie, il y a une douzaine d'année ou, plus récemment, les inondations qui ont frappé la vallée du Richelieu. On a vu, d'un côté, intervenir les spécialistes de ce genre d'événements, comme les policiers, les pompiers, les électriciens d'Hydro-Québec, l'armée même, avec chacun leur compétence et leur champ d'expertise. De l'autre côté, on a aussi vu de très nombreux bénévoles s'investir sur le terrain pour soulager la misère des gens touchés par la catastrophe. Sans compter les dons financiers effectués par des milliers d'individus anonymes qui, par de modestes contributions, ont permis d'amasser des sommes importantes qui se sont ajoutées à celles versées par les autorités gouvernementales.

Cette complémentarité dans les interventions lors des catastrophes collectives, elle s'avère aussi nécessaire, voire essentielle, lors des catastrophes privées. Quand la maladie frappe une personne, quand une dépendance détruit la vie d'un individu, quand la solitude devient le vécu quotidien d'un être humain, il s'agit d'une catastrophe toute aussi grande pour celle ou celui qui en souffre que pour ses proches et ses amis. Comme une région dévastée, cette personne a aussi besoin d'aide et de soutien et cette aide et ce soutien connaîtront une efficacité accrue si les soins dispensés par les spécialistes de la santé sont appuyés par l'apport des groupes d'entraide et des groupes de soutien.

Voilà avec quels yeux j'ai tenté de voir la journée et, je dois le dire, je n'ai pas été déçu.

Dès l'ouverture, le témoignage de madame Suzanne Poulet m'a convaincu de la pertinence de ma grille de lecture. D'entrée de jeu, son texte a fait clairement ressortir tout ce qu'elle devait aux spécialistes

qui ont traité son cancer de l'ovaire. Elle a très bien mis en évidence tous les soins reçus en oncologie, notamment son opération et les séances de chimiothérapie, qui au fil des dernières années ont contribué à sa rémission. Ces soins, certes, ne se sont pas limités aux problèmes physiques engendrés par le cancer de l'ovaire, réduire les interventions des spécialistes à ce seul aspect serait par trop réducteur, car les progrès dans le traitement ont certainement contribué à améliorer le moral de Suzanne et des siens. Mais, comme elle l'affirme elle-même dans son émouvant témoignage, elle a senti le besoin d'une autre forme de support. Cette forme a pris le visage de son engagement dans le groupe Ovaire Espoir où elle a pu trouver un double support qui ont donné un sens à sa vie et à sa maladie. D'une part, elle y a trouvé une écoute et une empathie auprès de celles qui, comme elle, traversent cette pénible épreuve; d'autre part, elle a pu, à son tour, contribuer à soulager la souffrance et les angoisses d'autres femmes dans la même situation qu'elle. Nul doute que ce qu'elle reçoit d'Ovaire Espoir et ce qu'elle y apporte contribuent, autant que les soins des spécialistes, à ce qu'elle puisse encore aujourd'hui continuer à affronter avec beaucoup de sérénité sa situation actuelle. Merci Suzanne pour ton témoignage.

La réputation de Guy Corneau, à titre de conférencier, n'est plus à faire et il en a donné encore la preuve, si besoin était, aujourd'hui. Le titre même de sa conférence est au cœur de l'objectif visé par ce Forum : *S'entraider, le message de la vie.*

Pour Guy Corneau, le message même de la vie réside dans cette collaboration essentielle entre les individus. Pour illustrer cette conception, il utilise la comparaison suivante. De même que la collaboration de toutes les cellules du corps participe à son équilibre et à sa santé, de même la solidarité entre les individus est nécessaire à l'équilibre du corps social. Mais la peur de ne plus exister conduit à l'individualisme et à la compétition pour obtenir une forme de reconnaissance, alors que la recette du bonheur repose sur l'offrande gratuite de son talent au service des autres.

Le message de Guy Corneau a d'autant plus de valeur qu'il n'est pas seulement issu de sa réflexion en tant que spécialiste, mais provient de sa propre expérience. Il a lui-même participé à la mise sur pied du Réseau Hommes Québec et du Réseau Femmes Québec et, surtout, il a eu à surmonter un cancer et a pu vivre de l'intérieur l'importance de cette entraide dont il s'est fait aujourd'hui le porte-parole. Merci monsieur Corneau.

Le témoignage de Michel, membre des Alcooliques Anonymes, est venu confirmer ma lecture de la nécessaire complémentarité entre les interventions des spécialistes et le soutien des groupes d'entraide dans le rétablissement personnel d'un individu aux prises avec un problème de dépendance. Le témoignage de Michel a bien fait ressortir, à mon avis, l'importance de cette complémentarité dans la propre prise en charge de son problème d'alcool. Dans un premier temps, il a entrepris une psychothérapie qui n'a pas donné les résultats escomptés. C'est lorsqu'il a conjugué thérapie de désintoxication et engagement dans les AA que les choses se sont mises à changer de façon positive, au point de pouvoir faire la paix avec son passé, source importante de son problème et lieu premier de la difficile acceptation de soi. En quittant temporairement les AA, Michel a découvert que, pour lui, l'appartenance à son groupe d'entraide était primordiale dans le maintien de son rétablissement. Il a compris que seul, il ne pourrait s'en sortir. Son témoignage a mis de l'avant cette idée que pour la majorité des gens, l'aide des autres, spécialistes et groupes d'entraide, est absolument nécessaire pour surmonter sa souffrance personnelle, car l'humain a besoin de l'humain pour grandir. Merci Michel de ton témoignage.

Contrairement aux deux précédents, le témoignage de madame Desneiges Lafontaine leur est complémentaire. Cette fois, il ne s'agit pas de la personne elle-même qui est atteinte d'une maladie ou qui est aux prises avec une dépendance quelconque. On a affaire à une personne qui n'est pas malade, mais dont le conjoint souffre de la maladie d'Alzheimer. Cette épreuve, comme toutes les épreuves, ne touche donc pas seulement la personne atteinte, mais touche tout son entourage. Par son témoignage, Desneiges nous présente un autre aspect des groupes d'entraide et des groupes de soutien, soit celui d'apporter du support à l'entourage des personnes souffrant d'une maladie grave ou d'une dépendance. Ces personnes aussi souffrent et risquent de s'enfermer dans une grande solitude, ne voulant pas par l'expression de leurs angoisses augmenter celles de la personne qui leur est chère. Dans son témoignage, Desneiges nous a montrés qu'avec les proches aussi, les spécialistes ont également un rôle à jouer en informant sur la maladie, dans le cas présent la maladie d'Alzheimer, mais que le groupe est également d'un apport indispensable pour apporter le réconfort, la compréhension et le répit, éléments essentiels pour être un aidant efficace. Merci Desneiges.

De la même façon que Desneiges Lafontaine, madame Lucie Cheney participe à un groupe de soutien où elle a appris à devenir une meilleure aidante naturelle ou, comme elle le dit si bien, une meilleure aimante naturelle. Son témoignage vient appuyer une réalité maintes fois exprimée, à savoir que si, d'une part, l'implication dans un groupe de soutien apporte de grands bénéfices personnels au niveau du partage de la souffrance et de la brisure de l'isolement, cette implication apporte aussi la grande satisfaction de pouvoir à son tour aider les autres. L'aidant naturel d'un individu se transforme en aidant naturel de ses semblables. Merci Lucie.

Suzanne et Michel ont su profiter du support d'un groupe d'entraide, comme Desneiges et Lucie de celui d'un groupe de soutien, aussi, il n'est pas surprenant que leur témoignage soit extrêmement positif à leur égard. Mais qu'en est-il lorsqu'il s'agit d'une spécialiste ou d'un spécialiste qui témoigne en faveur des groupes d'entraide ou des groupes de soutien? Ces témoignages vont dans le même sens, comme on a pu le constater en écoutant madame Priscilla Gibeault et madame Sophie Lussier.

Priscille Gibeault, infirmière et enseignante en soins infirmiers au collège de Valleyfield, a fait ressortir un aspect majeur de la relation entre les spécialistes et les groupes d'entraide et les groupes de soutien. Théoriquement, beaucoup de spécialistes connaissent ou ont entendu parler de groupes d'entraide, au point d'être capable d'y référer des personnes, mais cette connaissance est comme extérieure à leur pratique et à leur vécu. Ils réfèrent par oui-dire, pourrait-on dire. La découverte des AA, lors d'une présentation de membres de ce groupe d'entraide, est venue changer la perception de Priscilla et lui a fait comprendre l'importance pour les spécialistes en général et les infirmières en particulier d'améliorer leurs connaissances sur les groupes d'entraide et les groupes de soutien par un contact plus direct avec ces personnes, de sorte que les références éventuelles des patients s'appuient sur des bases plus solides. Son contact avec les AA lui a apporté une meilleure connaissance de l'approche prônée par ce mouvement dans le traitement de la dépendance à l'alcool, mais lui a surtout fait découvrir des personnes qui, par leurs témoignages, lui ont fait comprendre la valeur de cette approche et son importance dans leur propre rétablissement. Cette rencontre lui a, par la suite, servi à recourir elle-même à un groupe d'entraide pour l'allaitement de son enfant et à supporter sa mère dans son recours à un groupe de soutien lorsque sa grand-mère a reçu un diagnostic de maladie d'Alzheimer. Un seul groupe a ouvert la porte aux autres. Merci Priscilla.

Madame Sophie Lussier, intervenante en dépendance et travail social, est allée plus loin, en tant que spécialiste, dans sa connaissance des groupe d'entraide et des groupes de soutien, puisque sa pratique

professionnelle l'a amenée à s'impliquer dans des groupes de personnes dépendantes à l'alcool ou aux drogues, notamment au Centre de réadaptation Le Virage. Un travail scolaire et sa pratique antérieure l'avait déjà mise en contact avec le mouvement des AA. Dans son témoignage, sans nier son apport à titre de spécialiste, sa formation en relation d'aide dans un travail de groupe y est formellement mentionnée, elle a surtout décidé de mettre l'accent sur le support fourni par le groupe dans le rétablissement d'une personne. Sa façon de parler de la force du groupe, de son ouverture, de son accueil sans jugement était si convaincante que je comprendrais mal comment, après l'avoir entendue, on pourrait douter de la valeur des groupes d'entraide et des groupes de soutien, dans leur complémentarité avec les interventions des spécialistes. Merci Sophie.

Cette nécessaire complémentarité entre le travail des spécialistes et l'apport des groupes d'entraide et de soutien que j'ai notée dans les divers témoignages entendus s'est vue confirmée par les propos de nos invités de la table ronde. Si leurs commentaires – et ceux de la salle – sur les impacts positifs de la complémentarité des interventions des uns et des autres sont venus appuyés ce qui s'était dit précédemment, la table ronde a permis de mieux cerner la perception des intervenants sur l'état actuel de cette collaboration et de définir quelques pistes pour améliorer la situation. Ainsi, on a mentionné la méconnaissance du milieu des spécialistes de l'apport des groupes d'entraide et des groupes de soutien. Cette méconnaissance se conjugue souvent avec des préjugés envers ces groupes. Malgré tout, on reconnaît que la situation évolue de façon positive, même si beaucoup de progrès reste à faire. La promotion auprès des grandes sociétés, la formation des spécialistes et l'accent mis sur l'efficacité des groupes d'entraide sont des pistes proposées pour une meilleure reconnaissance de ces groupes. Merci à tous les panelistes.

Conférence, témoignage, table ronde nous a convaincus, si besoin était, de l'indispensable apport des groupes d'entraide et des groupes de soutien dans le soulagement de la souffrance vécue par nos semblables dans la Cité et de la nécessité pour les spécialistes de connaître et d'utiliser cet apport, en complémentarité avec leurs propres interventions. Mais tout cela s'est fait par le biais de la parole. Grâce à madame Joelle Rivard, ces propos ont pu être illustrés par le jeu, leur conférant ainsi un impact plus grand en passant du sonore à un format 3D. De manière ludique et sans douleur – sauf pour le coup que j'ai reçu sur la tête! -, Joelle a su mettre au service des objectifs du Forum tout son talent, sa créativité, son imagination et, surtout, sa grande sensibilité pour nous démontrer concrètement que la souffrance prend la forme de multiples masques qui doivent tous être retirés pour que cette souffrance soit, sinon guérie, à tout le moins atténuée. Et que cette opération nécessite l'apport d'intervenants divers, que ce soit des spécialistes ou des groupes d'entraide ou des groupes de soutien. La prise en charge de toute souffrance humaine a besoin d'un apport collectif et Joelle en a fait une brillante démonstration. Merci Joelle.

Je ne saurais conclure cette synthèse sans dire un mot sur la présence de toutes ces personnes qui, dans les kiosques, ont, tout au long de la journée, fourni bénévolement de l'information sur les ressources offertes par chacun des groupes. L'attroupement autour des kiosques était une preuve de l'intérêt des participants au Forum et constituait, du moins je l'espère, un lieu tangible de rencontre entre les spécialistes présents et certains groupes d'entraide ou de soutien. Merci à vous qui avez, en coulisses, apporté des exemples concrets de vos engagements à maintenir vivant l'espoir dans la Cité.

Un mot enfin pour remercier notre invité d'honneur, monsieur Hector Balthazar, ce pionnier dans le développement des groupes d'entraide. Par ce Forum, nous avons pensé apporter notre petite contribution pour continuer l'oeuvre qui a donné un sens à votre vie et ainsi, maintenir l'Espoir dans la

Cité. Merci monsieur Balthazar.

Je pense avoir fait le tour du programme de la journée. Il resterait à faire la synthèse de la synthèse, mais, conscient que je deviendrais alors ridicule, j'arrête ici et je vous remercie de votre écoute.

Bonne fin de journée.

Michel Monette  
2012-10-03