

## Conférence *Questions de substance* 2009

### Séance animée de discussion pour *Cheminer vers le changement*

#### Compte rendu de la séance

##### **Sujet de la séance**

Spiritualité et guérison

##### **Date**

Mercredi 18 novembre 2009

##### **Animateur**

Wayne Skinner

##### **Résumé de la séance**

Les délégués de la conférence ont choisi le sujet de cette séance, qui a enregistré le plus grand nombre d'inscriptions. Les participants étaient répartis en sept tables. Les thèmes globaux ci-dessous sont ressortis des notes prises par les animateurs des sept tables et de la plénière de clôture où les commentaires faits aux tables ont été mis en commun :

- Les participants souhaiteraient que tous les aspects de la spiritualité fassent partie intégrante de toutes les conférences nationales sur la toxicomanie
- Une large interprétation de ce qu'est la « spiritualité », dont les programmes traditionnels en 12 étapes et les concepts et pratiques autochtones, qui s'étend aussi aux nouvelles idées sur la conscience, aux enjeux bioéthiques des politiques et comportements reposant sur des valeurs et au respect envers les divers moyens que prend l'être humain pour exprimer sa spiritualité et trouver un sens à sa vie et à sa compréhension de la nature et du lien avec l'ordre cosmique
- Le besoin d'extérioriser ses questions et sa sagesse en s'inspirant de son expérience et de sa réflexion
- S'ouvrir aux voies qu'utilisent les autres pour trouver un sens à leur vie et relever avec créativité le défi réel de trouver son but dans la vie et de façonner une collectivité commune
- Respect pour les difficultés et luttes que représente le rétablissement et pour le précieux rôle de stabilisation et d'intégration que peut jouer la spiritualité pour contribuer au changement intentionnel d'une personne, d'un groupe ou d'une société



**1. À l'issue de cette conférence, quelles sont les principales questions et préoccupations qui ont été soulevées d'après vous?**

Si la grande majorité des participants a souligné l'utilité de la conférence, ce qui les a amenés à la présente séance, c'est un besoin commun de parler de spiritualité, et notamment de la petite place que la conférence lui a faite. Pourquoi les réunions des programmes en 12 étapes ont-elles lieu tôt le matin (7 h), plutôt qu'à un autre moment de la conférence? Pourquoi n'a-t-on pas promu et intégré clairement l'échange de connaissances à caractère spirituel dans l'invitation et la structure de la conférence? En même temps, les participants attendent avec optimisme qu'une plus grande importance soit accordée à la spiritualité au terme de la conférence. Ils croient que cette inclusion sera une composante essentielle non seulement de la prochaine conférence mais aussi des activités d'apprentissage des aidants et des programmes élaborés par les bailleurs de fonds et chefs de file dans les mois à venir. Mais avant de débiter, il faut répondre à quelques questions de base :

- Le rétablissement est-il au cœur de nos interventions? Nous entendons-nous sur ce qu'est le rétablissement? Quelle est notre définition de la spiritualité?
- Aller au-delà de la place marginale faite à la spiritualité à Halifax pour intégrer des pratiques spirituelles à la conférence, de façon à ce que le défi que pose l'apprentissage s'appuie non seulement sur une base intellectuelle ou pratique, mais qu'il favorise les cheminements spirituels vers le changement, le renouvellement et le rétablissement
- L'exposé sur la contribution grandissante de la neuroscience était instructif
- Les compétences de base pourraient modifier notre point de vue sur la façon d'aider les autres à guérir
- On parle de plus en plus de l'importance de la collaboration, ce qui indique qu'il faut adopter des démarches holistiques de changement et de rétablissement faisant appel à la spiritualité
- De nombreuses démarches culturelles ne cadrent pas avec le modèle factuel, et pourtant la spiritualité est au cœur de la plupart des approches en santé, bien-être et rétablissement axées sur la culture
- Voir la maladie comme une perte spirituelle, la toxicomanie comme un processus de démoralisation à plusieurs niveaux et le rétablissement comme la reconquête de l'esprit chez les personnes, les familles, les groupes et les collectivités
- Approfondir les connaissances pour des approches spirituelles que les cliniciens pourront offrir sans difficulté et avec compétence



- L'occasion (et la nécessité) de rapprocher les pratiques culturelles et spirituelles autochtones et les approches conventionnelles, de façon à ce qu'elles s'enrichissent mutuellement
- Reconnaître que la spiritualité et le rétablissement sont deux thèmes qui intéressent grandement les participants de la conférence et qu'une tribune comme la présente séance pourrait servir à faire avancer le sujet, ce qui pose la question à savoir comment cette reconnaissance pourrait être mise à profit à l'avenir...

## 2. Cheminer vers le changement

### a. Quels changements clés doivent être apportés dans les dix prochaines années?

L'image empreinte de préjugés et de stéréotypes entourant la spiritualité pourrait en limiter le recours en tant que moyen puissant d'accéder au rétablissement et à une meilleure santé. Il faut d'abord clarifier et démystifier la spiritualité et les concepts holistiques du rétablissement et du bien-être définis dans la pensée sur la santé et la maladie en tenant compte de ces perspectives. Cela étant dit, la discussion a permis de marquer l'intérêt et la confiance envers la possibilité que la spiritualité devienne l'objet d'une science et que les changements promis par les démarches globales d'aide personnalisée sont mesurables et devraient être mesurés. À cet égard, les mois à venir pourraient être propices à la découverte et à l'échange de connaissances sur l'inclusion de la spiritualité dans le travail en toxicomanie au niveau individuel, communautaire et sociétal, et à l'identification des meilleures et pires stratégies et approches pratiques pour venir en aide aux personnes toxicomanes en vue d'améliorer la santé et les comportements. Un exemple concret de cette situation est la sensibilité des participants à la façon dans laquelle la spiritualité s'intègre au traitement de la toxicomanie et à quel moment – si l'approfondissement des valeurs personnelles et du sens à la vie doit se faire au début ou tout au long du processus de prestation d'aide et de services. Des points précis sont abordés, dont :

- Questionnement à savoir si les pratiques exemplaires actuelles accueillent favorablement la spiritualité. Comment peut-on lui faire une plus grande place dans un monde axé sur les données probantes?
- Examiner la fusion science et spiritualité et les données favorables à la spiritualité dans le traitement des toxicomanies
- Trouver l'occasion d'assumer un leadership en intégrant la spiritualité au programme de conférences nationales et autres



- Donner l'occasion aux employés, lors de journées de réflexion, de conférences, etc., d'explorer la spiritualité, y compris d'acquérir des aptitudes en apprentissage leur permettant de devenir des praticiens de la conscience et d'utiliser ces aptitudes dans leur travail avec les autres
- Trouver des moyens pour que la spiritualité ne soit pas confondue à la religion, mais qu'elle soit plutôt considérée comme une entité distincte des systèmes de croyances et de pratiques axés sur la dévotion et le dogme
- Démystifier la spiritualité et trouver des façons de vaincre les préjugés et de surmonter les obstacles pour une meilleure acceptation de la spiritualité dans l'intervention en toxicomanie
- Envisager les avantages potentiels de mettre la spiritualité à l'avant-plan et l'analyser comme une pratique courante dans la mobilisation et l'évaluation, et donc se servir de la spiritualité pour créer des liens avec les personnes
- Faire de la quête spirituelle une compétence essentielle; faire le suivi des résultats en lien avec la spiritualité

**b. Quelles mesures clés doivent être prises pour produire les changements souhaités?**

Les participants en appellent donc à l'adoption d'une démarche polycentrique axée sur ce qu'ils considèrent comme un but vital, c.-à-d. la normalisation de la spiritualité dans les services et soutiens offerts aux personnes toxicomanes. Autrement dit, les intervenants y ont recours dans leur milieu de travail, les bénéficiaires et les membres de leur famille expriment ce qu'elle signifie concrètement dans leur vie, les conseils et concepteurs de politiques en font une valeur clé de leur travail, les chercheurs documentent les meilleures et pires pratiques et les spécialistes de l'échange des connaissances encouragent l'acquisition d'habiletés et la pratique. Les compétences de base rallient de plus en plus d'appui comme formule permettant de perfectionner et d'évaluer les intervenants en traitement de la toxicomanie, et les participants croient que chaque praticien devrait posséder une « compétence spirituelle » et que les centres de traitement devraient la proposer avec leurs divers services. Le défi consiste donc à définir la forme que prendraient les compétences spirituelles, mais les participants sont confiants et prêts à tenter l'expérience et demandent à ce que la spiritualité fasse l'objet de financement de recherche et soit formellement étudiée par diverses méthodes qualitatives, quantitatives et mixtes.

- Concevoir des mécanismes d'intervention et de pratique axés sur la clientèle et les forces et donc, davantage holistiques, favorisant le rétablissement et « spirituels »



- Voir les besoins comme échelonnés sur plusieurs niveaux – la sécurité physique et les soins de base (alimentation et logement) sont importants sur le plan biologique, alors que d'un point de vue psycho-spirituel, le fait de se sentir respecté, accueilli, compris et appuyé est essentiel à l'évocation du désir et à la volonté de changer – pour que l'aide proposée soit plus humaine et optimisée par une démarche bio-psycho-sociale et spirituelle propice au changement et au bien-être
- Comprendre la forme que prendrait une « compétence spirituelle » dans le traitement de la toxicomanie et donner aux praticiens les moyens de développer cette compétence
- Faire explicitement de la spiritualité et du rétablissement des domaines à étudier à l'aide de fonds de recherche
- Préciser la base actuelle de connaissances (tant les pratiques fondées sur les données probantes et les données probantes fondées sur les pratiques) sur la spiritualité et sa signification pour les politiques et pratiques en traitement de la toxicomanie
- Souscrire à des pratiques innovatrices (p. ex. conscience, médecine douce) et évaluer leur impact et leur efficacité sur le traitement et le rétablissement
- Identifier et mobiliser des ressources communautaires pouvant faire entrer la spiritualité dans le traitement et le rétablissement
- Tenir compte des liens étroits de la spiritualité avec d'autres secteurs du traitement (p. ex. renforcer les aptitudes sociales et émotionnelles, fournir des ressources faisant la promotion de la santé et du bien-être – du logement à l'éducation en passant par le travail), pour que le cadre d'aide et de service soit vraiment complet
- Procéder par étapes pour enrichir les connaissances en faisant appel à des intervenants comme les bénéficiaires et les membres de leur famille pour créer un programme d'acquisition de connaissances centré sur la spiritualité et le rétablissement
- Montrer que les approches qualitatives sont tout aussi importantes que les méthodes quantitatives (secteur où les règles de financement sont très partiales)
- Mettre à contribution des expériences prometteuses comme Hear Me Heal (Écoutez-moi guérir) et des approches narratives
- Recourir à des rituels, des cérémonies et des pratiques comme les cercles de guérison pour faire face aux problématiques avec douceur et compassion et créer des expériences positives de communauté et de connexion
- Se servir d'un cadre holistique pour sensibiliser la collectivité au fondement sanitaire de la toxicomanie et aux avantages d'axer les services et soutiens offerts sur des démarches exhaustives et compatissantes



- Militer en faveur des valeurs fondamentales du travail en toxicomanie qui, elles, forment une assise « spirituelle » pour les pratiques exemplaires, l'innovation et l'évaluation

**c. Quels changements pouvez-vous apporter pour nous aider à aller de l'avant?**

Les participants ont déterminé que des mesures pouvaient être prises pour faire de la spiritualité une composante essentielle du rétablissement. Ils sont d'avis que chaque collectivité pourrait utiliser d'importants atouts – des pratiques individuelles aux initiatives communes en milieu de travail en passant par l'entraide entre pairs pour les personnes et familles qui cherchent à guérir. Des innovations et de nouvelles normes pourraient être introduites, comme la sensibilisation de la collectivité et des utilisateurs de services à la spiritualité en tant que concept clé du rétablissement. Les participants croient fermement que nos interventions et interactions quotidiennes sont empreintes de spiritualité et ils soulignent que la croissance spirituelle passe par la pratique, que ce soit sur le plan individuel, collectif ou communautaire. Enfin, ils savent que le véritable test est de voir comment les qualités inhérentes à la spiritualité vont enrichir les activités en rétablissement – la raison d'être des services en toxicomanie.

- Informer les équipes lors de leurs réunions des discussions tenues à la présente séance en vue de mettre en application les enseignements tirés
- Trouver des ressources spécialisées sur ces questions et approfondir ses connaissances par la lecture, le dialogue et l'étude, y compris lors de conversations avec les bénéficiaires
- Proposer des séances d'ordre psychopédagogique aux bénéficiaires et autres personnes s'intéressant à la spiritualité
- Accroître sa conscience de soi et sa confiance en sa spiritualité, dans un contexte de respect commun pour la différence
- Incarner certains aspects de la spiritualité, comme la conscience, l'empathie, le respect, la compassion, la gratitude, l'optimisme et le comportement éthique
- Créer une bibliothèque de ressources d'ordre spirituel à l'intention des bénéficiaires, de la collectivité et du personnel
- Instaurer un climat de soin et de guérison dans votre milieu d'aide
- Revenir aux valeurs fondamentales du travail d'aide, du point de vue de nos professions et organisations – leur mission et buts
- Chercher davantage à mettre en pratique la spiritualité et à partager les expériences, au moyen notamment du tambour, de la méditation, de la conscience, de la relaxation, du silence, de la musique et d'activités physiques structurées comme le tai-chi



- S'inspirer des fortes traditions existantes applicables aux objectifs de guérison de nos bénéficiaires, comme les programmes en 12 étapes, tout en étant ouvert aux choix et options qui répondent le mieux aux besoins spécifiques d'une personne à un moment précis de son cheminement vers le changement et le rétablissement
- Démystifier la spiritualité par des moyens concrets et courants que les autres peuvent voir et adopter et dans lesquels ils peuvent s'impliquer
- Voir comment les autres s'approprient déjà ces moyens et le souligner

