AUTO-PSY
Région de la Capitale-Nationale

Groupe d'action communautaire autonome
de promotion et de défense individuelle et
collective des droits en santé mentale

Présentation du groupe Auto-Psy

Mise à jour : 15 mars 2021

MISE EN CONTEXTE

Les services de santé et les services sociaux ainsi que les droits de la personne ont connu une très grande évolution au Québec depuis les quarante dernières années. La désinstitutionalisation amorcée dans les années '70 s'est accompagnée de la mise sur pied de ressources, autant institutionnelles que communautaires visant le maintien des personnes ayant des problèmes de santé mentale dans leur milieu de vie naturel dans une perspective d'intégration sociale.

En 1975, l'ensemble des québécois et des québécoises disposait d'une **Charte des droits et libertés de la personne** reconnaissant leurs droits à l'intégrité autant sur les plans physique que mental. **Les personnes ayant des problèmes de santé mentale se verront donc ainsi reconnues d'abord et avant tout comme des personnes à part entière**. C'est sur la base de cette nouvelle Charte que seront revendiquées, par la suite par l'Association québécoise des psychiatrisés et des sympathisants (AQPS), fondée en 1980, des réformes de lois telles que la Loi sur les services de santé et les services sociaux, la Loi sur la curatelle publique devenue la Loi sur le curateur public en 1990, la Loi sur la protection du malade mental remplacée en 1998 par la Loi sur la protection des personnes dont l'état mental présente un danger pour elles-mêmes ou pour autrui ainsi que le développement de ressources alternatives dans le domaine de la santé mentale.

BREF HISTORIQUE

Auto-Psy (Région de Québec) ainsi appelée aujourd'hui, doit son origine à l'AQPS, mise sur pied afin de dénoncer l'arbitraire psychiatrique et l'inaction, à l'époque, du ministère des Affaires sociales face au sort réservé aux personnes psychiatrisées malgré l'instauration de la Charte québécoise des droits et libertés de la personne. L'Association s'était donnée comme principaux objectifs de démystifier la folie, dénoncer des pratiques psychiatriques telles que les électrochocs et la cure fermée, promouvoir la création de ressources alternatives et visait, en tant que porte parole des psychiatrisés, à dénoncer leurs conditions de vie autant au sein des institutions que dans la communauté ainsi que d'assurer le respect de leurs droits. À cette fin, l'Association organise différentes conférences de presse, participe à différentes commissions d'enquête, publie des articles dans les journaux, produit des émissions radiophoniques ainsi que des vidéos, réalise un Guide sur la médication psychiatrique ainsi qu'un autre sur les droits et recours en santé mentale. En 1982, l'AQPS change de nom et devient le Groupe Auto-Psy (Autonomie des psychiatrisés).

Cette organisation provinciale dont le siège social était situé à Québec regroupait, en plus des membres de la région de Québec[1], des membres de l'Annonciation[2] (région des Laurentides), de Shawinigan (région de la Mauricie), de Montréal (région de Montréal) et de Châteauguay (région de la Montérégie). Ces membres, désignés sous le nom d'Auto-Psy offraient déjà, à cette époque de l'accompagnement aux personnes psychiatrisées dans l'exercice de leurs droits.

En 1988, le Groupe Auto-Psy soumet un mémoire à l'occasion de l'étude du projet de politique de santé mentale dans lequel on mentionne la nécessité de développer des mécanismes concrets devant favoriser le respect des droits des personnes psychiatrisées.

En 1989, le ministère de la Santé et des Services sociaux adoptait **une Politique de santé mentale ayant comme principale orientation d'assurer la primauté de la personne** dans la reconnaissance de la nécessité de voir à la consolidation et au développement de services centrés sur les besoins des personnes concernées. **Un système complet de promotion, de respect et de protection des droits a été le moyen envisagé afin de pouvoir atteindre cet objectif et ce, notamment en assurant la mise sur pied de groupes de promotion et défense des droits en santé mentale dans toutes les régions du Québec.**

C'est ainsi qu'au début des années '90, dans un contexte de régionalisation des services de santé, Auto-Psy (Région de Québec) s'incorporera en tant qu'organisme régional de défense des droits en santé mentale ainsi que Auto-Psy (Région de Montréal) changeant son nom, quelques années plus tard, pour celui de Action Autonomie Montréal. Douze (12) autres organismes verront le jour à qui sera confié, par le MSSS, le mandat d'accompagner les personnes dans l'exercice de leurs droits.

Le Groupe Auto-Psy changera sa dénomination sociale pour devenir l'Association des groupes d'intervention en défense des droits en santé mentale du Québec (A.G.I.D.D-SMQ) regroupant quatorze (14) groupes de défense des droits en santé mentale dont Auto-Psy (Région de Québec) ainsi que des comités d'usagers.

---

[1] C'est pour cette raison qu'aujourd'hui encore le nom Auto-Psy est suivi d'une parenthèse désignant la région du groupe le distinguant ainsi du regroupement provincial.
[2] La ville de l'Annonciation a été fusionnée en 2002 avec la ville de Rivière Rouge

Auto-Psy (Région de Québec), sur la base d'un Cadre de référence élaboré en 1990 par le ministère de la Santé et des Services sociaux en matière de défense des droits, consolidera sa démarche d'aide et d'accompagnement auprès des personnes ayant des problèmes de santé mentale tout en développant sa propre approche de « self-advocacy »,[3] fondée sur la reconnaissance de la volonté et de la capacité des personnes de définir par elles-mêmes leurs besoins. Auto-Psy (Région de Québec), mettra également en place, au cours des années qui suivront jusqu'à aujourd'hui, des activités afin de répondre à la demande des personnes de partager leurs vécus en regard des services de santé mentale ainsi que d'être mieux informées sur leurs droits et sur les moyens de pouvoir les exercer.

En 2005, Auto-Psy (Région de Québec) se reconnaissant comme un groupe d'action communautaire autonome de promotion et de défense des droits en santé mentale se joint aux groupes de défense des droits en santé mentale de Montréal et des Laurentides afin de présenter un mémoire conjoint à l'effet de démontrer que l'inclusion de nos groupes prévue dans le projet de loi sur les services de santé et les services sociaux en tant que mécanismes de plaintes menaçait l'indépendance nécessaire à la poursuite de nos actions.

En 2006, Auto-Psy (Région de Québec), Action Autonomie Montréal et Droits et recours Laurentides se sont dissociés de l'AGIDD-SMQ et se sont regroupés dans une nouvelle association, fondée en 2008, l'Alliance communautaire autonome pour la promotion et la défense collective des droits en santé mentale du Québec.

MISSION ET OBJECTIFS

Auto-Psy (Région de Québec) poursuit depuis sa fondation une **mission de promotion et de défense individuelle et collective des droits en santé mentale** allant bien au delà du mandat d'aide et accompagnement confié par le ministère de la Santé et des Services sociaux au début des années '90. **Pour le groupe, les personnes ayant des problèmes de santé mentale doivent d'abord et avant tout être considérées comme des personnes ainsi que des citoyennes à part entière.** C'est à partir de cette conviction que le groupe s'est donné comme principale orientation d'offrir les conditions nécessaires aux personnes ayant des problèmes de santé mentale de se défendre par elles-mêmes mais aussi de pouvoir se représenter.

[3] Le « self-advocacy » ou « être son propre défenseur » est une approche développée aux Etats-Unis par le mouvement de défense des droits. Cette approche est une actualisation de ce qu'on appelait à l'époque « empowerment », traduit aujourd'hui par « appropriation du pouvoir ».

L'information, la formation, le soutien et l'entraide dans la défense des droits, la participation des personnes aux orientations du groupe, leur représentativité au sein du conseil d'administration ou de comités sont les moyens que le groupe a toujours privilégiés afin que les personnes concernées puissent reprendre le pouvoir sur leurs vies.

Objectifs :

- Aider et accompagner les personnes à titre de citoyennes directement concernées en tant qu'utilisatrices de services de santé mentale dans leurs démarches d'exercices de leurs droits et recours.

- Susciter et encourager le développement de ressources accessibles, diversifiées, de qualité et des pratiques favorisant le rétablissement et une meilleure qualité de vie sur tous les plans des personnes à titre de citoyennes directement concernées en tant qu'utilisatrices de services de santé mentale.

- Favoriser l'appropriation du pouvoir individuel et collectif des personnes citoyennes directement concernées en tant qu'utilisatrices de services de santé mentale.

- Sensibiliser la population au vécu des personnes citoyennes directement concernées en tant qu'utilisatrices de services de santé mentale.

- Agir comme porte-parole des personnes citoyennes directement concernées en tant qu'utilisatrices de services de santé mentale dans le milieu et auprès des instances concernées.

- Regrouper les personnes citoyennes concernées par la mission que ce soit à titre d'utilisatrices de services de santé mentale ou de sympathisantes.

PHILOSOPHIE/APPROCHE

Auto-Psy (Région de Québec) se définit d'abord et avant tout comme un groupe d'action communautaire autonome partageant à l'instar d'autres groupes d'action communautaire la conviction que toute personne a la capacité de définir par elle-même ses objectifs et projets de vie et de pouvoir agir en ce sens**. Le groupe affirme également la nécessité de consolider des liens pour que ce pouvoir puisse être partagé et devenir une force collective.**

L'appropriation du pouvoir individuel et collectif est l'approche préconisée par le groupe. Cette philosophie d'action s'appuie sur des principes de justice, d'équité sociale et sur des valeurs d'entraide et de solidarité.

MODE DE FONCTIONNEMENT

Le mode d'organisation et de fonctionnement que les membres, rémunérés ou non rémunérés, ont choisi de se donner témoigne de leur volonté de prendre leur place au sein du groupe dans le respect des aspirations, des compétences et des intérêts de chacun. **À cette fin, le groupe s'est doté de règlements généraux et de politiques conformes à ses valeurs et à sa philosophie d'action et reconnaissants à chacun le droit à des conditions lui permettant de les actualiser.**

VIE ASSOCIATIVE ET …

Le groupe Auto-Psy (Région de Québec) est composé de membres réguliers ainsi que de membres actifs. Ses membres se considèrent d'abord et avant tout comme des personnes et des citoyennes à part entières concernées par la promotion et la défense des droits en santé mentale qu'elles soient ou non dans la situation d'utilisatrices de services de santé mentale.

Les membres actifs s'impliquent et participent à la réalisation des objectifs du groupe en se joignant à divers comités de leurs choix.

Comités :

- ***Comité visibilité, mobilisation, conscientisation***

Le comité visibilité, mobilisation et conscientisation vise à intégrer l'approche de conscientisation dans la lutte pour la défense et la promotion des droits en santé mentale. Par un échange entre des moments d'actions et de réflexion, le comité travaille à lutter contre les différentes formes d'oppressions collectives des personnes vivant avec un problème de santé mentale.

- ***Comité journal***

  Le comité journal a pour objectifs d'informer les membres ainsi que les personnes concernées sur leurs droits ainsi que sur les principaux enjeux liés à la promotion et défense des droits en santé mentale, de faire connaître la position du groupe sur ses enjeux, de présenter des ressources ou approches alternatives à la psychiatrie ainsi que de diffuser l'opinion des membres sur différents sujets d'actualité.

- ***Comité primauté de la personne***

Le comité droit est composé de membres intéressés à se mobiliser afin d'informer les personnes sur leurs droits et recours, sensibiliser la population au vécu des personnes en regard du respect de leurs droits ainsi que de proposer des solutions en ce sens.

- **Dîners communautaires**

Les dîners communautaires sont des occasions données aux membres de mieux se connaître, de briser leur isolement, d'être informés de l'évolution des travaux du conseil d'administration ou des comités.

- **Formations**

Dans un but de favoriser la pleine participation des membres au sein des comités, des formations sont prévues permettant le développement de connaissances et de compétences pertinentes à la réalisation de leurs mandats et au travail en équipe.

…VIE DÉMOCRATIQUE

- **Assemblée générale**

Auto-Psy (Région de Québec) est composé majoritairement de membres ayant ou ayant eu des problèmes de santé mentale, utilisateurs ou ex-utilisateurs de services ou sympathisants. Les membres se réunissent lors de l'assemblée générale annuelle afin de déterminer les orientations et le plan d'action de l'année ainsi que de procéder à l'élection des membres qui formeront le prochain conseil d'administration.

- **Conseil d'administration**

Le conseil d'administration est composé de sept (7) membres dont la majorité sont des personnes utilisatrices de services de santé mentale. Le conseil d'administration a comme principales responsabilités de veiller à la réalisation de la mission du groupe, de déterminer ses orientations ainsi que de défendre les intérêts de ses membres et de les représenter auprès de différentes instances.

- **Permanence**

Les membres de l'équipe de travail ont comme principaux mandats d'accueillir, d'informer les personnes sur leurs droits et recours, de les accompagner dans l'exercice de leurs droits, d'assurer une vigilance en regard de l'application des lois au sein des institutions ainsi que de soutenir les membres dans leur participation à la vie associative et démocratique du groupe.

PROMOTION ET DÉFENSE INDIVIDUELLE DES DROITS …

Les principaux droits pour lesquels Auto-Psy (Région de Québec) intervient sont le droit au consentement libre et éclairé, le droit de choisir son professionnel et son établissement, le droit d'accès à son dossier médical ou social, le droit de contester une garde en établissement, le droit de réviser un régime de protection ainsi que le droit d'exercer des recours et d'être accompagné dans cette démarche.

Auto-Psy (Région de Québec) a développé au cours des années une démarche d'accompagnement et mis sur pied un programme d'activités **visant au développement des connaissances et des compétences permettant aux personnes d'exercer leurs droits ainsi que de participer à la vie démocratique du groupe**.

- Accueil/références

Le service d'accueil/références permet aux personnes concernées de connaître le groupe, ses activités, son fonctionnement ainsi que d'être orientées, au besoin, vers d'autres ressources plus appropriées.

- Aide et accompagnement individuel et collectif

L'aide et accompagnement consiste à informer les personnes utilisatrices de services de santé mentale de leurs droits et recours et à les accompagner individuellement ou collectivement, lorsqu'elles en font la demande, dans leurs démarches. **La démarche offerte aux personnes est une démarche de « self-advocacy » se déroulant en quatre principales étapes :** 1) l'identification du but et des objectifs visés par la personne 2) l'analyse de la situation 3) élaboration d'un plan d'action stratégique 4) l'évaluation de la démarche. **L'aide et l'accompagnement vise à ce que la personne soit la principale actrice de sa démarche**.

- Centre de documentation

Le centre de documentation est composé de documents et de vidéos permettant aux personnes de s'informer des lois ou sur différents sujets liés au domaine de la santé mentale.

...PROMOTION ET DÉFENSE COLLECTIVE DES DROITS

Auto-Psy (Région de Québec) dans son rôle de vigilance en faveur du respect des droits, intervient en regard de situations problématiques observées dans diverses institutions.

Les pratiques d'isolement et contention, les procédures de mises sous garde en établissement sans le consentement des personnes, l'utilisation des électrochocs, la sectorisation des services de santé mentale, l'informatisation des dossiers de santé retiennent particulièrement son attention.

Auto-Psy (Région de Québec), dans ce rôle de vigilance qu'il s'est donné en regard du respect des droits des personnes aux prises avec un problème de santé mentale, a mis en place des activités d'éducation populaire permettant aux personnes concernées de prendre la parole face aux enjeux que représentent la promotion et la défense des droits en santé mentale ainsi que d'autres activités visant à sensibiliser la population à cet égard.

- <u>Formation sur les droits et recours en santé mentale</u>

  La formation sur les droits et recours en santé mentale d'une durée de dix-huit (18) heures permet aux personnes utilisatrices de services de santé mentale de se familiariser avec les principales lois les concernant, la Loi sur les services de santé et les services sociaux, la Loi sur la protection des personnes dont l'état mental présente un danger pour elles-mêmes ou pour autrui, la Loi sur le curateur public, etc., ainsi que les droits et obligations qui leur sont conférés.

- <u>Activités d'échange, d'information et de mobilisation</u>

  Ces activités sont données sous formes de causeries. Les causeries sont des occasions offertes aux personnes et citoyennes concernées de s'informer, d'échanger, d'exprimer leur vécu, de se conscientiser et d'être consultées sur des sujets ou enjeux liés à la promotion et défense individuelle et collective des droits en santé mentale ou au domaine de la santé mentale.

  Ces activités visent également à mobiliser les personnes concernées dans des actions ou des projets visant l'amélioration de leurs conditions de vie.

- Activités de sensibilisation

Les activités de sensibilisation s'adressent à la population en général ainsi qu'à différents milieux communautaire, institutionnel, collégial et universitaire et visent à les sensibiliser à l'importance des droits et à les encourager à développer des attitudes, des pratiques, des approches garantissant leur respect.

- Actions systémiques

Les actions systémiques visent à porter un changement d'ordre politique ou social à l'échelle collective plutôt qu'individuelle. Elle peut aller de la représentation politique et des lettres ouvertes dans les médias jusqu'à la manifestation.

CONCLUSION

La promotion et la défense individuelle et collective des droits en santé mentale nous concernent tous et toutes en tant que personnes et citoyennes. Si cette mission vous interpelle, soyez assurés que le groupe Auto-Psy (Région de Québec) sera heureux de vous accueillir en tant que membre.