



*Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec*

Atelier de sensibilisation: Gestion autonome de la médication de l'âme (GAM)

Présenté dans le cadre des

Rendez-vous Jeanne-Mance en santé mentale, le
15 octobre 2008



Présentatrices

- Marie-Élaine Dubois, agente de formation, RRASMQ
- Mathilde Lauzier, agente de formation, RRASMQ
- Lise-Anne Ross, intervenante, Prise II



Objectif

L'objectif de l'atelier est de lancer un dialogue entre les intervenants, les intervenantes et les personnes utilisatrices de service sur la place qu'occupe la médication dans les pratiques en santé mentale. Cette discussion est inséparable d'une perspective globale du mieux-être auquel les traitements prescrits doivent contribuer, sans quoi ils perdent leur raison d'être. La visée de la Gestion autonome de la médication est d'apporter une réflexion en profondeur sur les rapports qu'entretient la personne avec sa médication, sur son rôle et ses effets dans son parcours. L'atelier abordera les aspects symboliques de la médication, ses rôle et ses limites. On y présentera les objectifs de la GAM, son éthique et ses outils.



Plan de l'atelier - 3 heures

- Définition de la GAM et bref historique
- Les aspects symboliques de la médication
- Les rôles et limites de la médication
- Les principes de la GAM
- Les outils: Mon guide personnel et Repères
- Appréhensions, défis et conditions facilitantes



*Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec*

Définition de la Gestion autonome de la médication de l'âme



Définition de la GAM

La Gestion autonome de la médication (GAM) est une approche qui, par l'ouverture d'espaces de paroles et de dialogue vise à amener la personne à se rapprocher d'une médication qui lui convient et qui s'intègre dans une démarche plus large d'amélioration de sa qualité de vie.



Définition de la GAM suite...

Elle implique une démarche d'accompagnement, alliant différents acteurs qui:

- Place la personne au centre du processus de traitement,
- Reconnaît l'importance d'une qualité de vie subjective et les significations plurielles de la médication.
- Favorise une appropriation du pouvoir dans le respect de la personne, de ses décisions et de ses droits.

Le sens des mots

- **Gestion:** un plan intelligent et organisé, un filet de sécurité
- **Autonome:** devenir sujet de sa propre vie, reprendre sa place au centre.
- **Médication:** significations plurielles
- **De l'âme:** pour exprimer une profonde souffrance.



*Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec*

Quelques repères historiques



1993: Demande des personnes usagères de réfléchir à la médication psychotrope comme réponse à la souffrance.

1995-1997: AGIDD-SMQ, « Guide critique des médicaments de l'âme » et formation « L'autre côté de la pilule ».

1995: RRAMSQ, comité sevrage.

1997: Recadrage et apparition de l'expression « Gestion autonome de la médication »

1999-2004: Projet pilote d'expérimentation d'accompagnements GAM au sein de 10 ressources alternatives.

2002-2005: Projet pilote pour ouvrir le dialogue entre les ressources alternatives et le réseau public. Mise sur pied de la formation-sensibilisation.

2007: Forum international sur la GAM



*Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec*



Principes de la Gestion autonome de la médication en santé mentale

5 principes de la GAM

1. Pour une qualité de vie subjective;
2. Pour une (ré) appropriation du pouvoir;
3. Pour la reconnaissance des significations plurielles de la médication;
4. Pour le respect de la personne, de ses décisions et de ses droits;
5. Pour une approche large de la souffrance et du mieux-être.



*Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec*

Appréhensions, défis et conditions facilitantes

Appréhensions

Du point de vue de la personne...

Du point de vue de l'intervenante...

Défis et conditions facilitantes

Du point de vue de la personne...

Du point de vue de l'intervenante...

Du point de vue des organisations...

Défis pour la personne

- Tabous, croyances
- Mettre les aprioris de côté
- Conscientiser les effets symboliques de la médication
- Pas de précipitation ni de décisions hâtives!
- Persévérance et assiduité dans l'utilisation des outils
- Transparence

Défis pour la personne

- Revivre des périodes d'inconfort, de souffrance ou de déséquilibre
- Les aller-retour, les ajustements
- GAM seule, n'est pas suffisante. Elle doit s'inscrire dans la globalité d'une démarche
- Affirmer ses besoins, sa vision et ses choix face aux psychiatres, médecins traitant ou autre intervenants du réseau. Aller parfois à contre-courant
- Impliquer l'entourage



Défis pour l'intervenant(e)

- Accepter l'expérience de l'autre comme importante pour lui et essentielle à son cheminement
- Accepter d'être souvent en terrain inconnu: chaque personne, chaque parcours, chaque expérience est unique



Défis pour l'intervenant(e) suite

- Accepter l'émergence de la souffrance
- Vivre par moment avec un sentiment d'impuissance, d'inconfort
- Être dans une pratique novatrice, ça veut dire aller parfois à contre courant



Défis pour l'intervenant(e) suite

- Être celle qui questionne, qui confronte
- Offrir des alternatives
- Être vigilant face aux préjugés
- Répondre aux exigences du travail



Défis pour les organisations

- Partager une approche, une vision en équipe
- Impliquer les administrateurs de l'organisation
- Favoriser une culture et une structure organisationnelle permettant l'ouverture du dialogue autour de la médication
- Collaborer avec les partenaires du milieu

Bilan

Du point de vue de la personne...

Du point de vue de l'intervenante...



Quelques pistes d'action pour la GAM



- Ateliers thématiques sur le thème de la médication
- Ateliers de discussion sur des thèmes liés à la qualité de vie
- Soirée de témoignage
- Chronique GAM dans le journal de l'organisme
- Formation
- Ateliers d'information avec un professionnel de la santé
- Espace de documentation
- Suivi et accompagnement individuel



Pour en savoir plus...

Consultez notre site internet :

www.rrasmq.com

Appelez-nous :

514-523-7919