

Congrès AIFRIS, Porto 7-10 juillet 2015

Proposition de communication : Axe 2, La créativité des pratiques dans une situation de pouvoir faible des intervenants sociaux.

TITRE : Travail social de groupe, art martial et santé mentale

AUTEURS : Jacques Hébert , Mohamed Loutfi , Christiane Cadieux et Serge Demers

Cette communication présente un projet novateur qui se déroule depuis trois ans en collaboration avec l'organisme Diogène (1) et l'École de travail social de l'Université du Québec à Montréal (2). Ce projet de nature biopsychosociale jumelle le travail social de groupe axé sur l'aide mutuelle (Moysse Steinberg, 2008) et le karatédo (Funakoshi, 1973).

Pourquoi combiner le travail social de groupe et le karatédo? Le travail social de groupe est sous-utilisé alors qu'il peut briser l'isolement et développer l'entraide (Bertheau, 2006). Le travailleur social rencontre dans sa pratique des personnes réfractaires aux approches centrées sur les verbalisations. L'intégration sociale en santé mentale passe principalement par l'insertion au travail au détriment d'une perspective plus large (Poirel et Weiss, 2014). Une personne défavorisée au plan socioéconomique accède plus difficilement à diverses ressources dans la communauté (Dorvil, 2007). Le loisir est souvent perçu comme une activité occupationnelle plutôt qu'un moyen d'améliorer les interventions psychosociales. Les approches silencieuses sont peu utilisées en travail social (Heller, 2008 ; St-Amand, 2001). Des recherches avancent des résultats encourageants en employant les arts martiaux auprès de jeunes étiquetés avec des problèmes de comportement, de délinquance, d'apprentissage et de santé mentale. Les principaux effets positifs touchent l'estime de soi, la maîtrise de soi, la concentration, la mémoire, la santé physique et mentale, le jugement moral et la socialisation. Ces effets sont observables pourvu que les valeurs associées à ces disciplines soient intégrées à leur enseignement telles que la loyauté, le respect et la non-violence. Le but de pratiquer un art martial vise à mieux se connaître dans l'action afin de vivre en paix avec soi-même et les autres (Habersetzer et Habersetzer, 2000). Les effets d'une pratique martiale demeurent peu connus auprès d'adultes présentant un problème de santé mentale. Une recherche d'envergure insiste sur la nécessité de développer des approches alternatives dans ce champ. Ses recommandations indiquent de stimuler davantage la parole des usagers en utilisant le corps, l'art, différents espaces et le travail de groupe (Corin, Poirel et Rodriguez, 2011). Le présent projet tient compte de ces suggestions en agissant à ces niveaux : l'art martial, le dojo (3) et le travail social de groupe.

Ce projet part de l'hypothèse que le passage par une expérience psychocorporelle peut favoriser

l'expression orale et la socialisation d'adultes stigmatisés. Il s'adresse à des femmes et des hommes. L'inscription se fait sur une base volontaire. Les activités ont lieu une fois par semaine, à raison de deux heures par séance et dix mois par an. En moyenne, six participants sur dix se maintiennent dans le projet chaque année. Les raisons d'abandon relèvent surtout de facteurs externes : problèmes de santé, suivis médicaux, surconsommation de drogues et d'alcool, démêlés judiciaires et pauvreté.

Cet exposé se limite à présenter certains facteurs favorables à l'implantation du projet (Patton, 2012). L'accent est mis sur les rôles des intervenants et les effets constatés au cours de son déroulement. L'observation participante a permis de recueillir les données à partir du journal de bord des intervenants et des bilans annuels.

Les trois intervenants impliqués croient aux bienfaits et à la pertinence du projet pour les personnes visées. Ils font tout ce qu'ils peuvent pour assurer sa continuité et son rayonnement. Cette croyance et cette motivation représentent des éléments déterminants à la réussite d'interventions en santé mentale. Elle exerce une influence importante pour créer de l'espoir et enclencher un processus de changement (Bergeron-Leclerc et Cormier, 2009). À l'interne du projet, les deux intervenants de Diogène s'impliquent dans toutes les activités au même titre que les autres participants : karatédo, discussions et rédaction d'un journal dialogique (4) (Bouchard, 2000). Cette implication directe les amène à établir des relations plus étroites avec les autres membres. Cette expérience commune permet de vivre dans l'ici et maintenant une dynamique de groupe et d'accepter humblement de reconnaître leurs limites. Leur présence assure une sécurité auprès des nouveaux participants, car le groupe est ouvert. La persévérance, l'assiduité et la transparence dont ils témoignent peuvent servir d'exemples au groupe. À l'externe, ils reprennent leur rôle d'intervenant afin de favoriser les liens entre le vécu des participants au projet et le suivi psychosocial de Diogène.

Le troisième intervenant agit à titre d'enseignant-animateur. Il assume un leadership au projet. Il exerce deux rôles: il enseigne le karatédo et il anime les discussions de groupe. Ses qualités humaines et sa personnalité favorisent les liens de confiance avec les participants et la création d'une ambiance conviviale. Au karatédo, il organise des activités structurées et ludiques afin de faciliter les apprentissages, respecter le rythme de chacun et valoriser les succès. Sa méthode d'enseignement se base sur trois D : développement, divertissement et détente (Dumazedier, 1994). Il anime les discussions du groupe à partir de thèmes suggérés, de contes philosophiques et de récits dans les journaux dialogiques. Ces animations visent à échanger des points de vue, à s'entraider face à des difficultés, à témoigner de réussites et à fixer des objectifs personnels et

groupaux.

Les principaux effets observés au cours du projet se situent au niveau du développement d'un sentiment d'appartenance au groupe et d'une amélioration de l'estime de soi. Ces éléments demeurent difficiles à dissocier, car ils sont en interaction constante. L'appartenance à un groupe s'avère un facteur majeur pour améliorer l'estime de soi (Famose et Bertsch, 2009). La pratique du karatédo et les discussions laissent place à l'instauration d'un climat propice à l'ouverture, à l'entraide et aux échanges constructifs. Un esprit de camaraderie règne avant, pendant et après les activités. Le groupe devient une sorte de « famille » où chacun se sent accepté, respecté et soutenu. Voir des adultes s'amuser, s'encourager dans les épreuves, chercher des solutions à un problème, exprimer leurs émotions et formuler des projets relève de l'extraordinaire. Ces observations sont d'autant plus notables en considérant que ces personnes marginalisées ont subi diverses situations marquées par la violence, l'échec et l'exclusion. Ces expériences négatives les ont souvent amenés à vivre en retrait afin de protéger leur intégrité.

À titre indicatif, le passage de grade de karatédo, en fin d'année, est un exemple frappant du sentiment d'appartenance au groupe et de l'amélioration de l'estime de soi. Cet événement représente une étape cruciale, une source de tension, une évaluation des apprentissages et une expérience de soutien mutuel. La remise des diplômes et des ceintures de couleur viennent symboliquement couronner les efforts, l'autodiscipline et la détermination de chacun. Les félicitations entre les membres, les yeux brillants de fierté, les photos de groupe et un souper dans un restaurant asiatique viennent valider leur réussite. Chaque participant vient puiser dans ce projet des éléments qui répondent à ses besoins au plan physique et/ou psychosocial. Cette synergie positive favorise une construction du « moi », une ouverture à la socialisation et un sens à donner à son existence (Taylor, 2003).

En conclusion, ce projet indique que le travail social de groupe combiné à un art martial et à un engagement significatif des intervenants peut exercer une influence positive auprès d'adultes vivant avec un problème de santé mentale. Les effets observés témoignent d'une voie prometteuse à mieux explorer. La nouvelle gestion publique met l'accent sur la rentabilité et les interventions à court terme. Le travail social pourra-t-il demeurer créatif dans un tel contexte?

CHIFFRES ENTRE PARENTHÈSES DANS LE TEXTE

- (1) Diogène est un organisme communautaire qui intervient auprès d'adultes présentant un problème de santé mentale associé à des difficultés judiciaires et/ou d'itinérance.
- (2) Ce projet fonctionne sans subvention de recherche.
- (3) Lieu où se pratique un art martial. Ce projet a obtenu gracieusement l'accès à un gymnase de l'organisme communautaire Association sportive et communautaire du Centre-Sud de Montréal.
- (4) Le journal dialogique est une réflexion individuelle qui est écrite dans un cahier à chaque séance.

RÉFÉRENCES

Bergeron-Leclerc, C. et C. Cormier (2009). Les ingrédients magiques de la relation d'aide. Une exploration des facteurs à l'origine du succès de l'intervention dans le champ de la santé mentale. *Revue Service Social*, 55, 1, 1-16.

Berteau, G. (2006). La pratique de l'intervention de groupe : perceptions, stratégies et enjeux. Québec : Presses de l'Université du Québec.

Bouchard, N. (2000). L'éducation morale à l'école une approche par le jeu dramatique et l'écriture. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec.

Corin, E., M.-L. Poirel et L. Rodriguez (2011). Le mouvement de l'être. Paramètres pour une approche alternative en santé mentale. Québec : Les Presses de l'Université du Québec.

Dorvil, H. (2007). Les inégalités en santé. Le cas spécifique de la santé mentale. Dans H. Dorvil, Problèmes sociaux. Théories et méthodologie. Tome III. Québec : Les Presses de l'Université du Québec, p. 169-202.

Dumazedier, J. (1994). La méthode d'entraînement mental. Lyon : Voies Libres.

Famose, J.-P. et J. Bertsch (2009). L'estime de soi : une controverse éducative. Paris : Presses Universitaires de France.

Funakoshi, G. (1973). Karate-Dô Kyohan the Master Text. Tokyo : Kodanska International Ltd.

Habersetzer, G. et R. Habersetzer (2000). Encyclopédie des arts martiaux de l'extrême orient. Paris : Amphora.

Hébert, J. (dir. 2011). Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales. Québec : Les Presses de l'Université du Québec.

Heller, M. (2008). Psychothérapies corporelles. Fondements et méthodes. Bruxelles : De Boeck.

Moyse Steinberg, D. (2008). Le travail social de groupe : un modèle axé sur l'aide mutuelle. Sainte-Foy : Presses de l'Université Laval.

Patton, M.Q. (2012). Essentials of Utilization-Focus Evaluation. Los Angeles : Sage.

Poirel, M.L. et B. Weiss (2014). Vous avez dit intégration. Dans M.C. Doucet et N. Moreau (dir). Penser les liens entre la santé mentale et société. Québec : Presses de l'Université du Québec, p.159-179.

St-Amand, Néré (2001). Dans l'ailleurs et l'autrement, pratiques alternatives et service social. *Reflets*, 7, 2, 30-74.

Taylor, C. (2003). Les sources du moi. La formation de l'identité moderne. Montréal : Les Éditions du Boréal.