

1 L'encadrement scientifique du projet est assuré par des chercheurs et professionnels associés au RISQ et à l'IUD [Chantal Plourde (UQTR), Myriam Laventure (USherbrooke), Joël Tremblay (UQTR), Nadine Blanchette-Martin (Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux -CIUSSS- de la Capitale-Nationale/ Centre intégré de santé et de services sociaux- CIUSSS- de Chaudière-Appalaches), Jennifer Beauregard (UQTR) et Pascale Alarie-Vézina (UQTR)]. Le financement du projet de recherche repose sur la précieuse collaboration de Santé Canada et du ministère de la Santé et des Services sociaux, avec le soutien de la Direction de l'enseignement universitaire et de la recherche de l'IUD.

Mentions spéciales : « Les vues exprimées ici ne reflètent pas nécessairement celles de Santé Canada, du ministère de la santé et des Services sociaux ni du CIUSSS du Centre-Sud de l'Île-de-Montréal. »

Chantal Plourde

Professeure titulaire, chercheuse au RISQ (Recherche et Intervention sur les substances psychoactives-Québec) et à l'Institut universitaire sur les dépendances (IUD), Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR)¹



Pascale Alarie-Vézina

Psychoéducatrice et candidate au doctorat en psychoéducation, Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR)¹



Anita Rock

Intervenante en dépendance, communauté innue de Pessamit



France Gros-Louis

Intervenante en prévention des dépendances et toxicomanies, Centre de santé Marie-Paule Sioui-Vincent, Wendake



Hugues Dubé

Intervenant en dépendance, communauté innue de Mingan



Marie-Pier Chachai

Intervenante sociale, Opitciwan

SAGE USAGE¹ : AU QUÉBEC, UN PROGRAMME VIVANT, À L'IMAGE DE LA CULTURE DES PREMIÈRES NATIONS ET DES INUIT

« Sage Usage apporte un nouvel éclairage concernant la consommation. Nous constatons une nouvelle réalité qui n'est plus de rester sobre pendant une période plus au moins longue. Il y a des usagers qui veulent contrôler leur consommation en la réduisant. Ils ne sont pas prêts à l'idée de cesser toute consommation. L'abstinence totale peut être contraignante pour eux. »

Anita Rock, intervenante en dépendance, communauté innue de Pessamit.

MISE EN CONTEXTE

Les peuples autochtones du Québec incluent les Inuit ainsi que dix Premières Nations, soit les Abénaquis, les Anishnabek (Algonquins), les Atikamekw, les Nipissis, les Eeyou (Cris), les Hurons-Wendat, les Innus, les Malécites, les Mi'gmaq, les Mohawks et les Naskapis. Ils sont répartis dans 41 communautés qui sont dispersées géographiquement sur l'ensemble du territoire et représentent environ 1 % de la population de la province, soit un peu plus de 110 000 personnes (gouvernement du Québec, 2019 ; 2022).

SAGE USAGE, UN PROGRAMME DE LA FAMILLE « MES CHOIX »

Les programmes de la famille « Mes Choix » visent à soutenir les adultes préoccupés par leur consommation de substances psychoactives (SPA) (alcool, cannabis, autres substances) ou par leurs habitudes de jeux de hasard et d'argent. Le but est qu'ils fassent des choix éclairés et développent des stratégies de gestion de leur consommation ou du jeu leur permettant de réduire les conséquences associées. Ces programmes s'inscrivent dans une philosophie de réduction des méfaits et s'appuient sur les approches motivationnelles et cognitives comportementales. Sage Usage (*Wise Choices* dans sa version anglaise) fait partie de cette famille de programmes. Il possède les mêmes bases théoriques mais a été spécifiquement développé pour les adultes des Premières Nations et des Inuit, dans le cadre d'un projet de recherche inscrit dans une approche participative et communautaire.

« Le programme Sage Usage est conçu afin de pouvoir féliciter les réussites des efforts des gens voulant réduire leur consommation, dans l'esprit de ce que l'on appelle communément « la réduction des méfaits ». L'individu réussit à obtenir des gains au lieu de se rabaisser, si consommation il y a. »

France Gros-Louis, intervenante en prévention des dépendances et toxicomanies, Centre de santé Marie-Paule Sioui-Vincent, Wendake.

LES BONNES PRATIQUES DE RECHERCHE AUPRÈS DES PREMIÈRES NATIONS ET DES INUIT (PNI)

Au Québec, comme partout dans le monde, la recherche auprès des Autochtones est marquée par un historique de pratiques colonialistes et irrespectueuses (Smith, 2021) d'avec lesquelles les chercheurs doivent impérativement rompre. Or, même avec les meilleures intentions, le risque d'adopter une perspective biaisée par la vision occidentale du monde et de reproduire les inégalités en matière de pouvoir au sein de leurs projets demeure important. Pour réduire ce risque, la recherche participative communautaire fait partie des bonnes pratiques (MacKinnon, 2018) et s'inscrit en cohérence avec les principes de propriété, de contrôle, d'accès et de possession (PCAP) des Premières Nations. Ces principes sont intégrés dans *l'Énoncé de politique des trois conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains* (gouvernement du Canada, 2018).

« Sage Usage a été adapté pour les Premières Nations avec des chercheur-e-s allochtones [...]. Dans ce processus, l'apport des chercheur-e-s qui soutiennent les intervenants des communautés pour le rétablissement des consommateurs est pour moi très significatif, ce processus fait partie de la vérité, guérison et réconciliation. Nous travaillons à l'unisson pour un seul et même but : apporter une nouvelle réflexion sur la consommation. »

Anita Rock, intervenante en dépendance, communauté innue de Pessamit.

HISTORIQUE DU PROJET

En 2017, un séminaire collaboratif de réflexion utilisant une méthode d'analyse en groupe (Van Campenhout et al., 2005), impliquant des acteurs de l'intervention en dépendance des PNI, a mis en lumière le besoin de développer des interventions culturellement pertinentes s'inscrivant dans une perspective de boire-moderé (Plourde et al., soumis). Dès lors, l'équipe a amorcé des travaux d'adaptation culturelle du programme Alcochoix+ (aujourd'hui Mes Choix – Alcool). Un comité consultatif formé de personnes œuvrant dans le domaine des dépendances au sein de différentes communautés des PNI a été mis sur pied. Il a accompagné l'équipe de recherche dans un processus d'adaptation culturelle inspiré du modèle de Kumpfer et al. (2008). Le programme a donc été revu en profondeur pour être en adéquation avec les valeurs et les réalités des communautés des PNI. Dès décembre 2019, des intervenants ont pu être formés à ce programme et l'implanter dans leur milieu de pratique.

La collaboration soutenue de plusieurs communautés (dirigeants et ressources) est également à souligner, considérant que sans elle, le développement de Sage Usage n'aurait pas été possible.

« C'est important, maintenant, de travailler en collaboration et dans l'ouverture avec des allochtones, de briser les barrières, de créer des ponts. Nous faisons face à un problème qui n'a pas d'identité culturelle. Notre but commun est d'accompagner les personnes pour faire de bons choix en regard de leur consommation. Il faut mettre toutes nos ressources ensemble pour travailler en collaboration. »

Hugues Dubé, intervenant en dépendance, communauté innue de Mingan.

LES ÉCLAIRAGES ISSUS DE LA RECHERCHE

À la lumière d'une collecte de données effectuée en continu sur le terrain, le programme et ses processus d'implantation ont été retravaillés de façon évolutive pour qu'ils puissent s'adapter aux besoins et à la réalité spécifiques des Autochtones et de chacune des communautés. Des efforts ont ainsi été faits pour rendre chacune des activités plus « vivante », en réduisant la place de l'écrit au bénéfice de la conversation et de la créativité. Initialement développé spécifiquement en lien avec la consommation d'alcool, Sage Usage intègre désormais l'ensemble des substances, ainsi mieux adapté à la réalité actuelle de la clientèle en dépendance des communautés des PNI.

Les activités proposées par Sage Usage s'inspirent des meilleures pratiques d'intervention en dépendance. Elles visent à soutenir la personne pour qu'elle fasse le portrait de sa consommation, choisisse des objectifs de changement, prenne conscience des déclencheurs de sa consommation, développe des stratégies pour y faire face et mette en place un plan de prévention de la rechute. Les activités sont représentées par des images culturellement significatives que la personne peut s'approprier, telles que « mon portage », « mon arbre des valeurs », « ma roue de l'équilibre » ou « mon tambour ».

Depuis 2021, le programme est proposé en trois formules différentes (classique, flexible et intensive sur le territoire) et, depuis 2022, une version spécifique a été développée pour les Inuit du Nunavik (My Choices Nunavik – ᐃᑦᑕᑦᑕᑦᑕᑦ).

« C'est un programme qui met en avant la culture autochtone. Étant moi-même autochtone,

je suis contente qu'il existe un programme adapté culturellement pour mon peuple. »

Marie-Pier Chachai, intervenante sociale, Opitciwan.

LE PROGRAMME DANS SA VERSION « CLASSIQUE »

Dans sa version « classique », Sage Usage peut être proposé dans le cadre de rencontres individuelles, en couple ou en groupe. Il s'étale sur plus ou moins six rencontres durant lesquelles les activités sont réalisées dans un ordre précis. Les données de recherche récoltées auprès des intervenants ont rapidement permis de constater que, dans sa version « classique », le programme ne répondait pas aux besoins de plusieurs participants. De fait, les contextes d'intervention complexes dans lesquels s'offre le programme (proximité des liens dans les petites communautés, éloignement, conditions météorologiques, surcharge des intervenants, etc.) ont un impact sur le recrutement et la rétention. Or, afin de pallier ces difficultés, les différentes activités du programme ont été modifiées de façon à ce qu'elles puissent être utilisées indépendamment les unes des autres, notamment pour répondre à des besoins ponctuels.

« Sage Usage est un programme qui est très simple avec des objectifs accessibles. Il apporte aussi des outils qui aident l'intervenant à diriger la personne vers un retour à ses racines autochtones (retour à la source) [...] »

Hugues Dubé, intervenant en dépendance, communauté innue de Mingan.

LES NOUVELLES FORMULES DU PROGRAMME

Dans sa version « flexible », les activités du programme sont choisies selon le jugement clinique de l'intervenant, en fonction des besoins actuels alors exprimés par la personne. Dans sa version « intensive (sur le territoire) », les activités du programme sont animées dans le cadre d'un séjour sur le territoire de plus ou moins trois jours durant lequel sont intégrées des activités culturelles (tente de sudation, fabrication d'objets sacrés, artisanat, enseignements, cérémonies, etc.). Cette nouvelle formule expérimentée à six reprises a permis aux communautés de s'approprier le programme et de l'adapter à leurs besoins spécifiques.

« [...] Je porte une attention particulière à cette dernière version intensive qui, pour moi, est une façon de vivre une expérience hors du commun tant sur le plan émotionnel, culturel que spirituel. Il permet à l'individu de se centrer sur lui-même, en compagnie de personnes bienveillantes qui amènent de nouvelles réflexions vers le chemin de la guérison et qui ont plein de gratitude pour ce que la terre-mère nous laisse en héritage. »

France Gros-Louis, intervenante en prévention des dépendances et toxicomanies, Centre de santé Marie-Paule Sioui-Vincent, Wendake.

ÉTAT DES LIEUX ET AVENIR

À ce jour, 132 intervenants de 22 communautés, deux centres de traitement et six centres intégrés ou centres intégrés universitaires de santé et de services sociaux (CISSS/CIUSSS²) ont reçu une formation à ce programme. Malgré une implantation difficile au début du projet, notamment en raison du contexte pandémique, les efforts pour améliorer l'adaptabilité du programme ont porté leurs fruits et il est de plus en plus utilisé par les intervenants. La demande pour recevoir la formation est croissante.

L'avenir de Sage Usage repose sur plusieurs facteurs, dont la poursuite du financement des volets formation et recherche, lesquels doivent demeurer vivants, organiques et ainsi favoriser l'appropriation et l'évolution des contenus. Nous croyons aussi fermement que les liens établis entre les membres de l'équipe, le plaisir de travailler ensemble et la confiance mutuelle sont des facteurs prédominants pour sa pérennité et son déploiement.

² CIUSSS : Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux.

« Je crois sincèrement à Sage Usage. Et honnêtement, je trouve cela beau et inspirant de voir comment les intervenants des communautés s'impliquent dans ce programme. »

Anita Rock, intervenante en dépendance, communauté innue de Pessamit.

« Sage Usage est prometteur pour l'avenir des gens voulant réfléchir sur leur consommation. Plus le ressourcement Sage Usage va faire le tour des communautés, plus il va être connu et plus je suis convaincue que les gens voudront faire et refaire des ressourcements au besoin. »

France Gros-Louis, intervenante en prévention des dépendances et toxicomanies, Centre de santé Marie-Paule Sioui-Vincent, Wendake.

Bibliographie

- **Gouvernement du Canada. (2018).** Énoncé de politique des trois conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains – EPTC 2. https://ethics.gc.ca/fra/policy-politique_tcps2-eptc2_2018.html
- **Gouvernement du Québec. (2019).** Commission d'enquête sur les relations entre les Autochtones et certains services publics : écoute, réconciliation et progrès, Rapport final. https://www.cerp.gouv.qc.ca/fileadmin/Fichiers_clients/Rapport/Rapport_final.pdf
- **Gouvernement du Québec. (2023).** Profil des nations. <https://www.quebec.ca/gouvernement/portrait-quebec/premieres-nations-inuits/profil-des-nations/a-propos-nations>
- **Institut de recherche en santé du Canada, Conseil de recherches en sciences naturelles et en génie du Canada et Conseil de recherches en sciences humaines du Canada. (2018).** Énoncé de politique des trois Conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains. <https://frq.gouv.qc.ca/app/uploads/2021/06/eptc2-2018.pdf>
- **Kumpfer, K. L., Pinyuchon, M., de Melo, A. T. et Whiteside, H. O. (2008).** Cultural adaptation process for international dissemination of the Strengthening Families Program. *Evaluation & the Health Professions*, 31(2), 226-239. <https://doi.org/10.1177/0163278708315926>
- **MacKinnon, S. (2018).** *Practising community-based participatory research : stories of engagement, empowerment, and mobilization*. Purich Books.
- **Plourde, C., Alarie-Vézina, P., Laventure, M., Tremblay, J., Beauregard, J. et Fortin, M.-C. (soumis).** Three Days Together Around the Table: Using the Group Analysis Method to Deepen the Reflection on the Challenges of Addiction Services Offered to Indigenous People in Quebec.
- **Smith, L. T. (2021).** *Decolonizing methodologies : research and indigenous peoples* (3^e éd.). Zed books.
- **Van Campenhoudt, L., Chaumont, J.-M., & Franssen, A. (2005).** *La méthode d'analyse en groupe : applications aux phénomènes sociaux*. Dunod.