

SAGE USAGE : Un programme qui s'adapte à la culture des Premières Nations et des Inuits

Chantal Plourde, Ph.D.

Professeure à l'UQTR, Chercheuse à l'IUD, au RISQ et au CICC

Pascale Alaire-Vézina, B. Ed.

Candidate à la maîtrise en psychoéducation à l'UQTR

Bertrand Picard

Intervenant en toxicomatine au Centre de santé Marie-Paule-Sioui-Vincent, Membre de la nation Huronne-Wendat



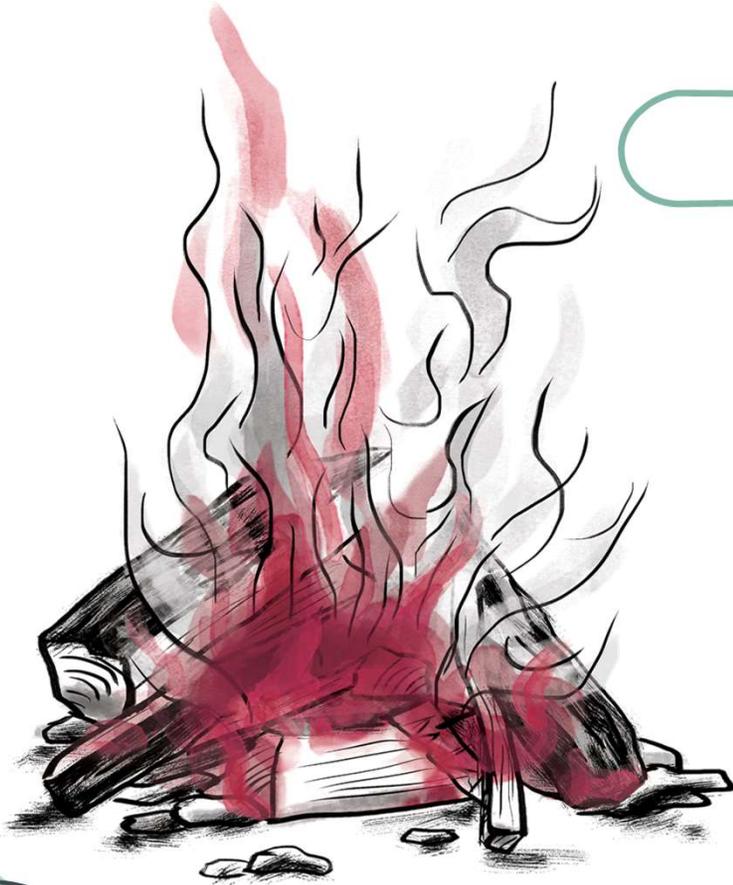
RECONNAISSANCE TERRITORIALE

Nous aimerions commencer par reconnaître que nous nous réunissons tous et toutes aujourd'hui en territoires autochtones, lesquels n'ont jamais été cédés.

Nous reconnaissons que plusieurs Nations autochtones sont gardiennes des terres et des eaux sur lesquelles nous nous trouvons tous aujourd'hui et nous les remercions pour leur hospitalité.



AVERTISSEMENTS



- Pascale et Chantal ne sont ni autochtones ni « expertes » des questions autochtones;
- Les personnes autochtones présentes qui souhaitent intervenir sont vraiment les bienvenues et fortement invitées à le faire;
- Contenus sensibles ;
 - Numéros de téléphone à la fin de la présentation si vous avez besoin de soutien.



Sophie Pelletier Lise Michel

Ealasia Simigiak

Michèle Paquet

Anita Rock

Josée Quesnel

André Gill

Gabrielle Castilloux

Bianca Giroux

Caroline Thériault

Christiane Lalo

Theresa Martin

Amber Douthwright Dean Ottawa

Natacha Hervieux

Bertrand Picard Paul-Yves Weizineau

Irene Mianscum

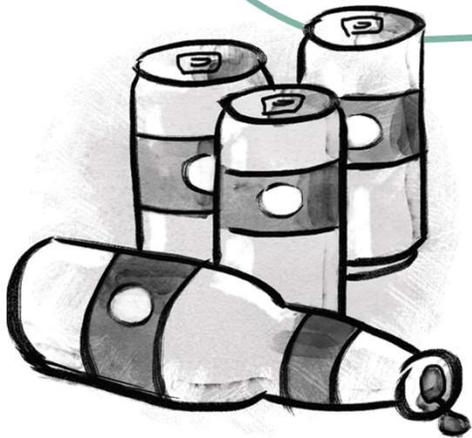
Élizabeth Murray

Dale Walker

**UN TRAVAIL DE CO-
CONSTRUCTION**

Et toutes les autres personnes
ayant participé de près ou de loin
aux travaux du comité aviseur

Pourquoi développer un programme visant le boire modéré pour les Premières Nations et les Inuit?



Usage d'alcool chez les autochtones

- Variabilité des habitudes de consommation.
- Proportion de personnes abstinentes >.
- Consommation abusive épisodique >.
- 20 à 26% déclarent consommer de façon modérée ou occasionnelle.
- Persistance du mythe selon lequel les personnes autochtones ont une vulnérabilité génétique face à l'alcool (the firewater myth).

(Éduc'alcool, 2017; Bélanger et al., 2020; CSSSPNQL, 2018; Dunbar-Ortiz, et Gilio-Whitaker, 2016; Enoch et Albaugh, 2017 R.

The screenshot shows a news article from La Presse+ with the following content:

LA PRESSE+ DÉCOUVREZ LA PRESSE+ CE DONT VOUS AVEZ BESOIN ÉTAPES D'INSTALLATION

L'HORREUR SOLUBLE DANS L'ALCOOL

TEXTE : NICOLAS BÉRUBÉ, PHOTOS : ROBERT SKINNER
LA PRESSE

Jeffrey Papatie n'a jamais mis les pieds dans un pensionnat autochtone. Mais ses 52 années de vie ont été façonnées par le legs des pensionnats.

Il se bat contre les préjugés. Par exemple, beaucoup de gens croient encore que les autochtones « ne savent pas boire » ou « supportent mal l'alcool », alors que des études ont démontré que les autochtones n'étaient pas génétiquement plus susceptibles d'être affectés par l'alcool que les non-autochtones.

« C'est la forte proportion d'autochtones qui ont vécu des traumatismes durant leur jeunesse qui les pousse à boire, dit-il. On boit parce qu'on a été déchirés à l'intérieur. »

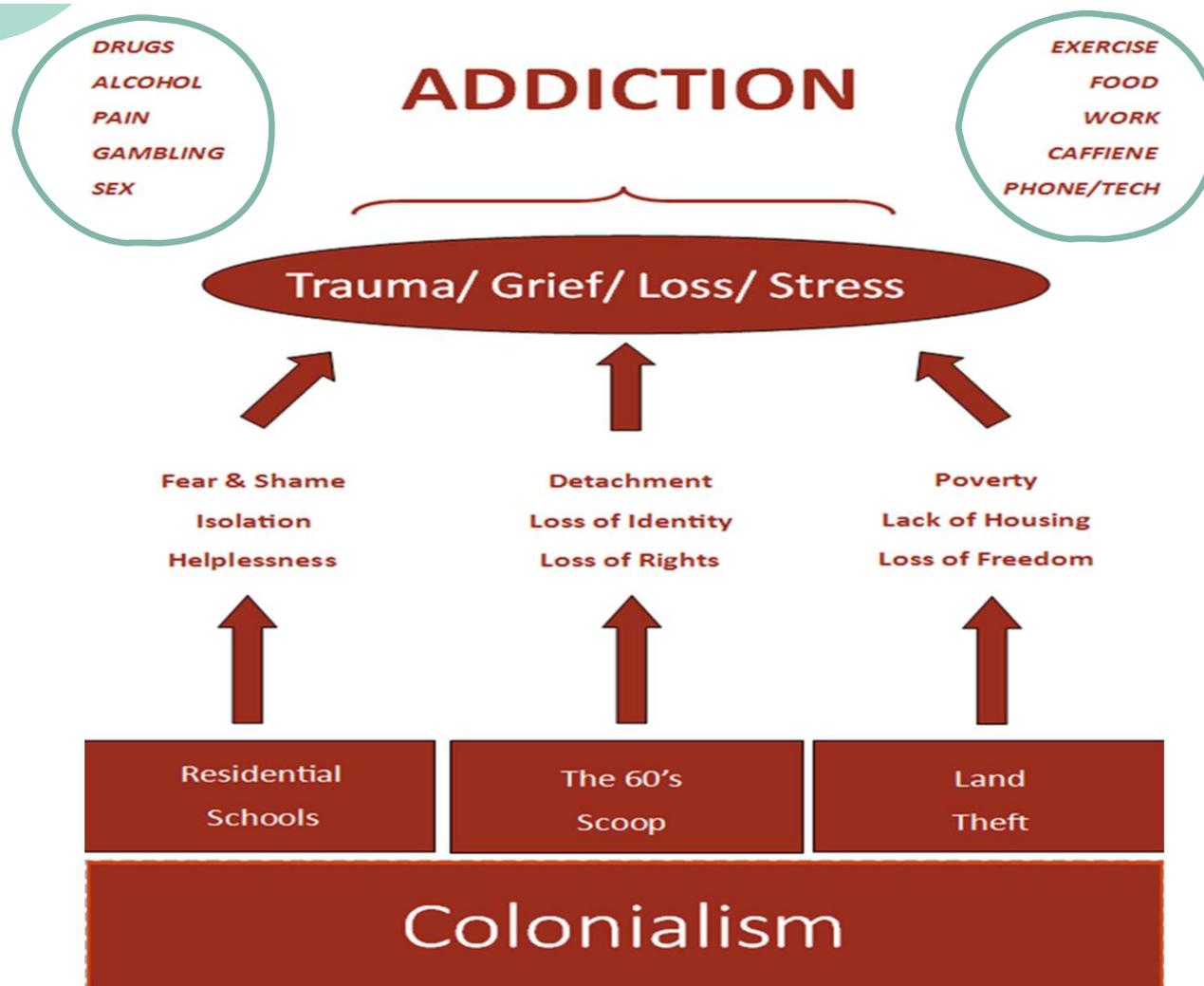
Croire au *firewater myth* est associé à :

- ↓ du sentiment d'auto-efficacité à boire modérément
- ↑ usage alcool
- ↑ usage abusif épisodique
- ↑ conséquences reliées à l'usage
- ↑ croyance au modèle de « maladie de l'alcoolisme »
- ↑ sentiment de culpabilité lors d'usage, même modéré
- ↑ attentes positives et négatives face à la consommation
- ↑ de la tentation de boire de manière excessive

Gonzalez & Skewes (2016 ; 2018 ; 2021)



**Les racines de la
consommation problématique
chez les autochtones**



Adapted from: Above: *Roots of Addiction and Roots of Connection*. Credit: FNHA Indigenous Wellness team (<https://www.fnha.ca/about/news-and-events/news/not-just-naloxone-training-a-three-day-train-the-trainer-workshop>)

Le manque de compétences culturelles n'est pas sans conséquences...

« [...] Comme de nombreux intervenants en toxicomanie ne connaissent pas cette histoire tragique, ils ne sont pas non plus conscients des traumatismes non résolus qui sous-tendent les comportements de dépendance ; les origines des autres problèmes sociaux auxquels la population autochtone est confrontée, comme le suicide et la violence, ne sont pas non plus pleinement comprises. Même avec les meilleures intentions du monde, ce manque de compétence culturelle comporte le risque de revictimiser au lieu d'aider. Il est essentiel que les intervenants allochtones soient davantage sensibilisés aux obstacles auxquels se heurtent les Autochtones qui cherchent de l'aide pour leurs dépendances. »

(Traduction libre : Training on Addiction for Frontline Workers in Nunavik, 2012)



L'offre de services

Modèles de soins en dépendance chez les autochtones

- Logique d'abstinence ciblant les personnes présentant une problématique sévère.
- Vision faisant obstacle à la prestation et au développement des services (Korhonen, 2004; Wardman et Quantz, 2006).
 - Besoins différents appellent le déploiement d'une offre de service variée.
 - Qui tient compte des différentes cultures autochtones.

Séminaire de réflexion et de partage des savoirs (2017)

- Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC).
- Intervenants en toxicomanie (majorité PNLAADA) en provenance de neuf Nations autochtones du Québec.
- Méthode d'analyse de groupe (MAG).
 - Méthode collaborative basée sur le récit et qui est cohérente avec l'esprit des modèles de recherche autochtones en valorisant la mobilisation des communautés et priorisant l'action sociale (Van Campenhoudt, 2005; Smith, 2021).
- Cinq des neuf nations participantes ont choisi de s'impliquer activement dans l'adaptation culturelle d'Alcochoix+.

Qu'est ce que Sage Usage / Wise Choices ?

- Base : Alcochoix+ : un programme de boire contrôlé
- VISÉE INITIALE DU PROGRAMME : réduire la consommation d'alcool et les problèmes associés
- S'adresse spécifiquement à la population des buveurs à risque et problématiques avant que ceux-ci ne développent une dépendance
- Bases théoriques et d'intervention :
 - Réduction des méfaits
 - Cognitive comportementale
 - Philosophie motivationnelle



« L'identité culturelle joue un rôle majeur dans le traitement des dépendances chez les gens des Premières Nations Une attention particulière devra être portée aux langues traditionnelles, aux terres ancestrales, à la spiritualité, ou encore à l'apport des aînés... »

(Dre Colleen Anne Dell, chercheuse de l'Université de la Saskatchewan)



Adaptation culturelle

Démarche de co-construction

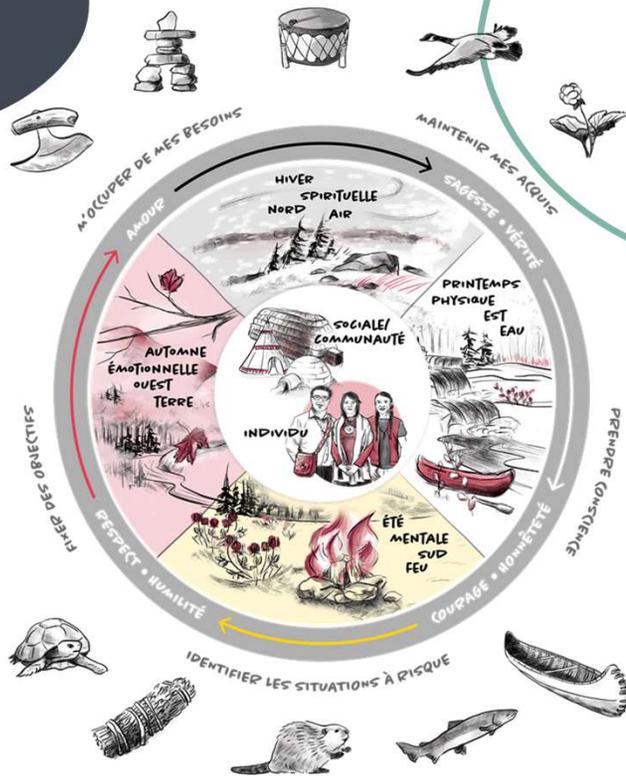
- Reprise page par page du programme Alcochoix
- Choix de l'angle (culture, bien-être, communauté)
- Choix des mots, des énoncés
- Réduire le nombre de mots
- Images et illustrations
- Choix des exemples (situations), des noms
- Choix des stratégies, des plaisirs

De l'adaptation culturelle à l'adéquation culturelle

- Démarche initiale reposant sur le modèle de Kumpfer
 - Utiliser un modèle allochtone pour adapter culturellement à la culture autochtone
 - Revoir nos façons de faire et co-construire le modèle avec les communautés
 - Idem pour la recherche
- Posture d'ouverture aux besoins des communautés.
- Approche culturellement sécurisante / Pratiques décolonisées (nous y reviendrons plus loin).



À quoi ressemblent les activités dans Sage Usage/Wise Choices?

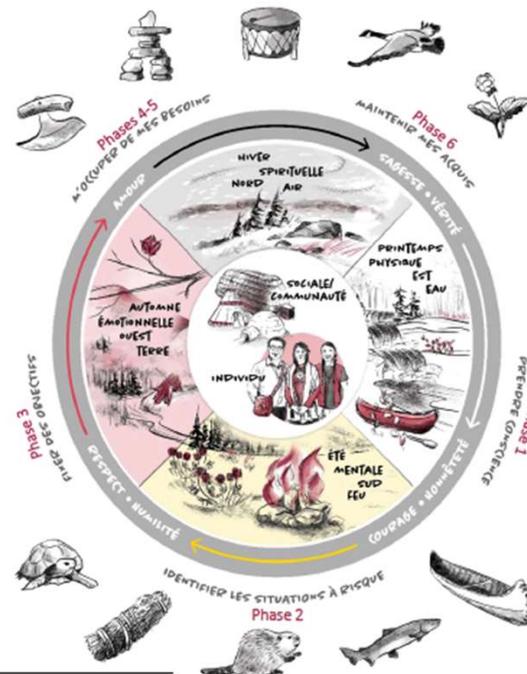


LA ROUE DU CHANGEMENT

Outil tiré du programme Sage Usage (Plourde, Laventure, Tremblay et Beuregard, 2019)

La roue du changement¹ représente l'équilibre que chacun vise à atteindre dans son esprit, son âme, son cœur et son corps, et ce, dans l'harmonie avec sa famille et sa communauté.

Elle agit comme un miroir permettant de poser un regard sur sa vie dans le but de retrouver l'équilibre.



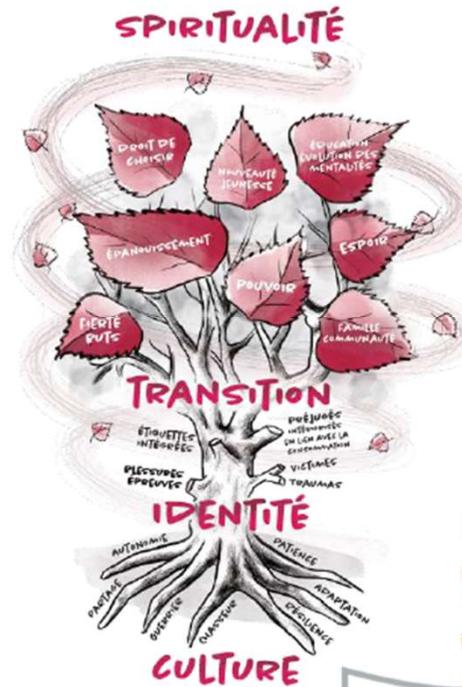
¹ Cette roue a été réfléchié par les membres du comité aviséur composé de membres des Premières Nations et Inuit aux fins du programme SAGE USAGE. Inspirée de symboles de plusieurs cultures autochtones, elle vise à soutenir la réflexion tout au long du programme.

L'ARBRE DE MES VALEURS

Outil tiré du programme Sage Usage (Plourde, Laventure, Tremblay et Beauregard, 2019)

Faire le CHOIX de modifier sa consommation n'est pas toujours facile et demande des efforts importants. Le fait de se raccrocher à ses valeurs les plus importantes peut parfois nous aider à maintenir le cap dans les moments plus difficiles.

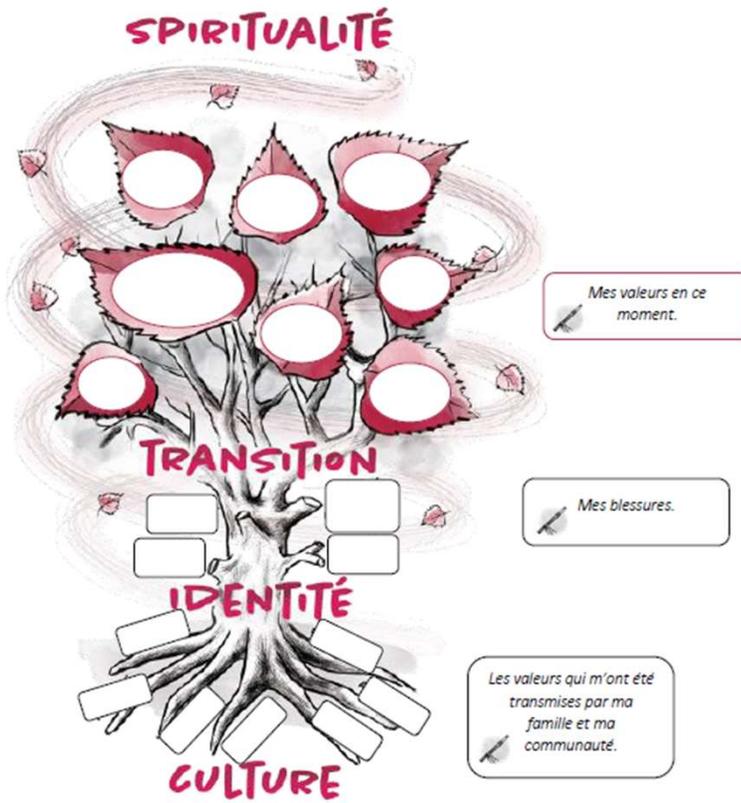
Avec l'aide de cet arbre, nous te proposons un exercice pour t'aider à identifier tes valeurs fondamentales, et renouer avec ton identité, tes traditions.



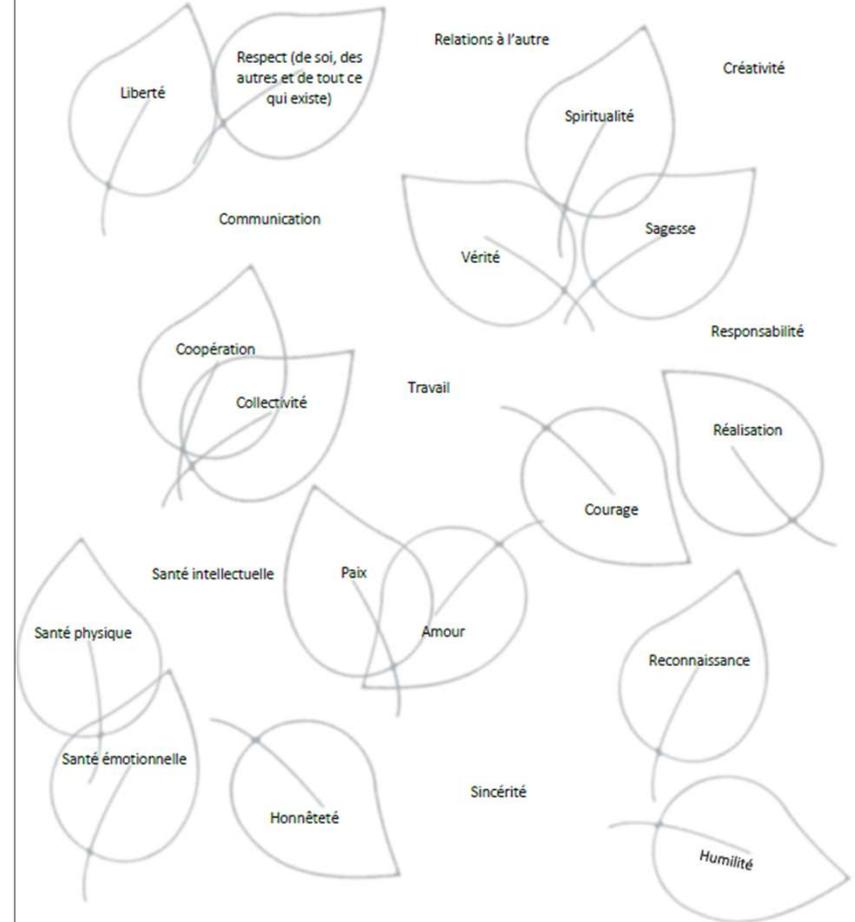
Cet arbre illustre l'histoire qui prend racine dans une identité culturelle propre aux Premières Nations et Inuit, incluant les nombreux traumatismes qui ont laissé des cicatrices importantes au fil des années. Comme un voile, la spiritualité transcende cette histoire à travers les époques en y apportant un vent d'espoir et de sagesse. Aujourd'hui, c'est un peuple en transition et résilient qui se montre à nous avec de nouvelles valeurs contemporaines.



À quelles valeurs je m'identifie ?
 Quelles sont les valeurs les plus importantes dans ma vie ?
 Complète ton arbre des valeurs en y ajoutant tes valeurs.



Pour t'inspirer, en plus des valeurs présentées dans l'arbre, voici d'autres valeurs auxquelles tu pourrais t'identifier.



SITUATIONS LIÉES À LA SPHÈRE SPIRITUELLE

Que faire quand je me questionne sur mes croyances?

DIALOGUE INTÉRIEUR OU RÉFLEXION

- Retrouvez vos racines spirituelles, ce qui vous a nourri, ce qui vous fait vivre.
- Laissez-vous inspirer par vos ancêtres, par les forces vives de l'histoire de votre communauté.
- Laissez-vous guider par votre spiritualité, cette partie de vous qui puise à plus Grand que vous et qui vient réveiller le meilleur de vous-même.
- Puisez dans vos traditions spirituelles (ex.: traditionnelles, chrétiennes, autres) ce qui est porteur de Vie.
- Autres : _____

ACTIONS

- Participez à des cérémonies.
- Discutez de vos origines avec un aîné.
- Lisez sur les croyances! Internet est une grande source d'information où vous pourrez apprendre sur différentes croyances à travers le monde.
- Autres : _____

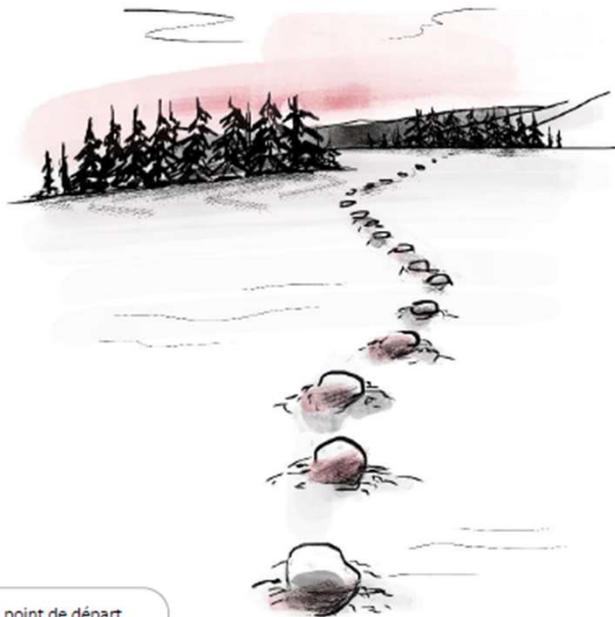


LE CHEMIN DE MON CHANGEMENT

Outil tiré du programme Sage Usage (Plourde, Laventure, Tremblay et Beaugard, 2019)

Nous t'invitons maintenant à dessiner le chemin de ton changement.

Laisse-toi guider par ton instinct. Recentre-toi sur tes valeurs, sur ce qui est bon pour toi !



1

Au point de départ,
indique ta
consommation initiale
lorsque tu as amorcé le
programme.

3

Au bout du chemin, note
où tu souhaites être
lorsque tu auras
complété le programme.

2

Puis, indique trois cibles
à atteindre sur ta route,
que ce soit en nombre
de consommation par
semaine ou par jour,
selon ta préférence.



MON PLAN D'URGENCE

Outil tiré du programme Sage Usage (Plourde, Laventure, Tremblay et Beaugard, 2019)

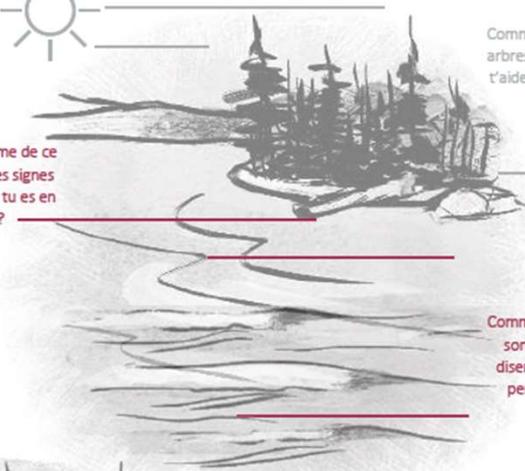
Nous te proposons de développer ton propre plan d'urgence visant à te permettre d'avoir des outils face à une potentielle rechute. Tu pourras le mettre en place si tu sens que tes anciennes habitudes de consommation reviennent.

Comme les rayons de ce soleil, qu'est-ce qui t'aide à garder le contrôle ?



1

Comme l'eau calme de ce lac, quels sont les signes qui te disent que tu es en contrôle ?

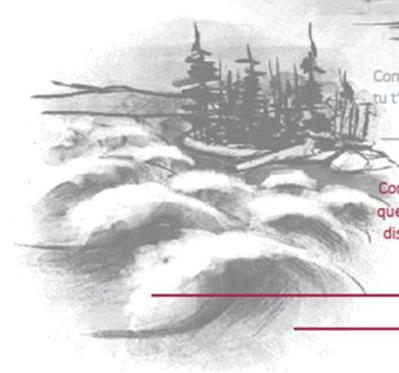


Comme les racines de ces arbres, qu'est-ce qui peut t'aider à éviter de perdre le contrôle ?

2

Comme ces vagues, quels sont les signes qui te disent que tu risques de perdre le contrôle ?

Comme les roches au bord de la rive, sur quoi peux-tu t'accrocher pour t'aider à reprendre le contrôle ?



Comme ces fortes vagues, quels sont les signes qui te disent que tu as perdu le contrôle ?

3

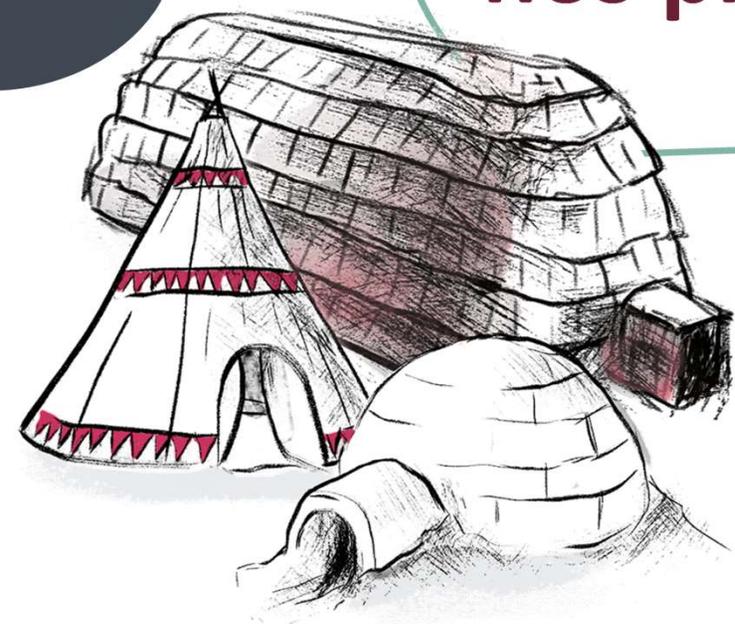
John

Mary

Manu



**Comment tendre vers la
sécurisation culturelle dans
nos pratiques d'intervention
en dépendance?**



Distinguer les concepts

Sécurisation vs
sécurité culturelle

Décolonisation

Réconciliation

Autochtonisation



L'intervention psychosociale dans une perspective de réconciliation et de décolonisation

Nécessite de reconnaître :

- L'impact destructeur de l'oppression vécue par les Premières Nations et les Inuits ainsi que notre propre position de pouvoir dans la relation d'aide.
- Les représentations de leur environnement et les valeurs fondamentales qui sont essentielles à leur guérison.
- L'importance d'entreprendre un processus personnel de décolonisation.

(Vrakas & Laliberté, 2020)

Pour que la personne se sente en sécurité....

- S'intéresser à la culture et à l'histoire
 - Et se rappeler que tous les Autochtones n'ont pas la même histoire ni la même culture
- Éviter de se positionner en expert
- Reconnaître les dynamiques de pouvoir dans notre société
- Garder en tête que c'est la personne qui reçoit l'intervention qui détermine si l'expérience est culturellement sécurisante ou non...
- Être conscient de ses biais



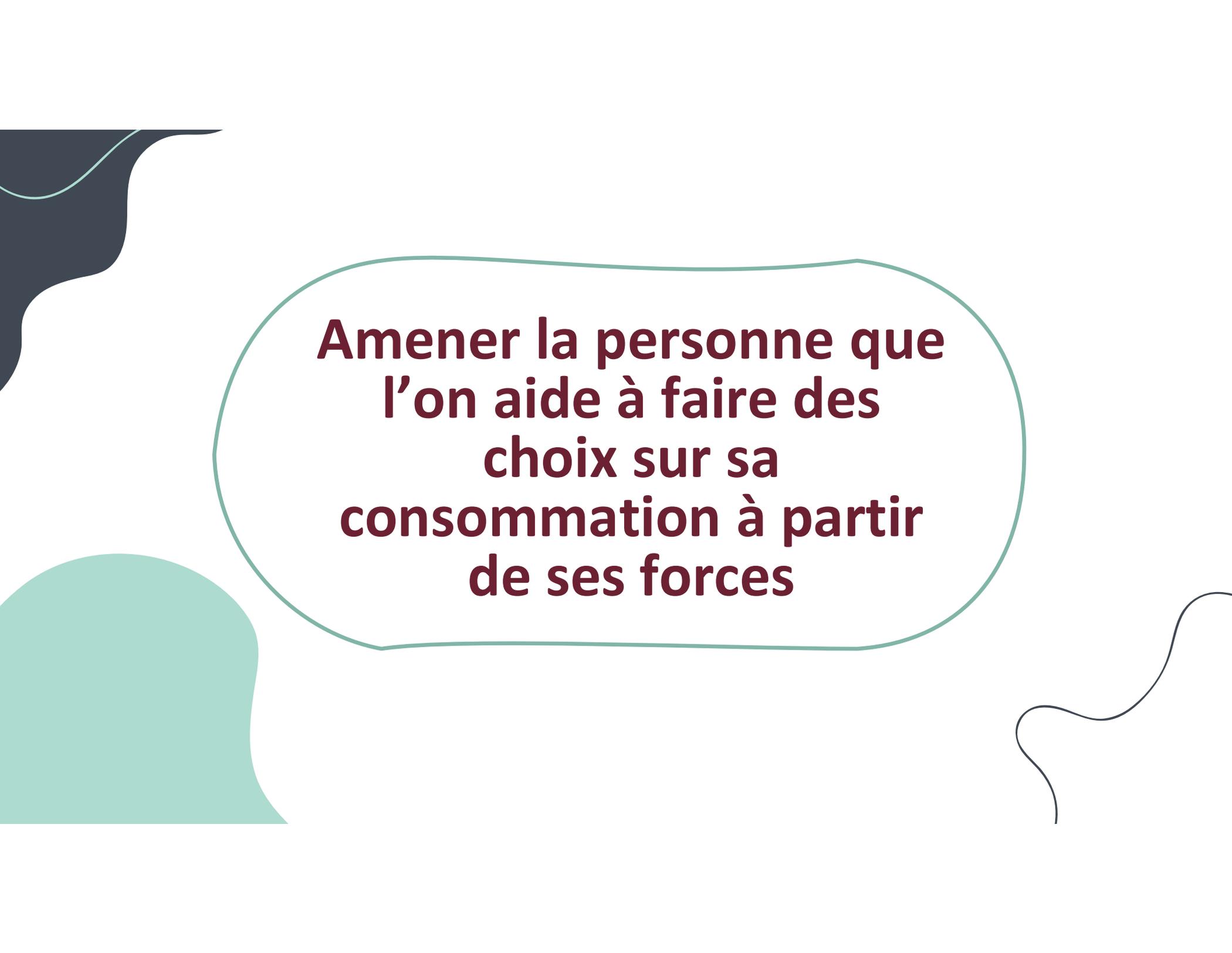
On a tous des biais conscients et inconscients

Être conscient de soi

La capacité à reconnaître ses propres sentiments, attitudes, valeurs, mythes, préjugés, etc. et à comprendre leur influence sur l'intervention
(Traduction libre : Wihak & Merali, 2005)



<https://www.facebook.com/watch/?v=1337283889809927>



**Amener la personne que
l'on aide à faire des
choix sur sa
consommation à partir
de ses forces**

Résilience et forces des Nations autochtones

01

Gouvernance

02

Empowerment

03

Valorisation
culturelle

Stratégies de résilience chez les autochtones

Support social / communautaire Établir une connexion sociale

Exprimer ses émotions

Aider les autres

Faire de l'exercice

Spiritualité

S'ancrer dans la tradition

Établir une connexion avec la nature

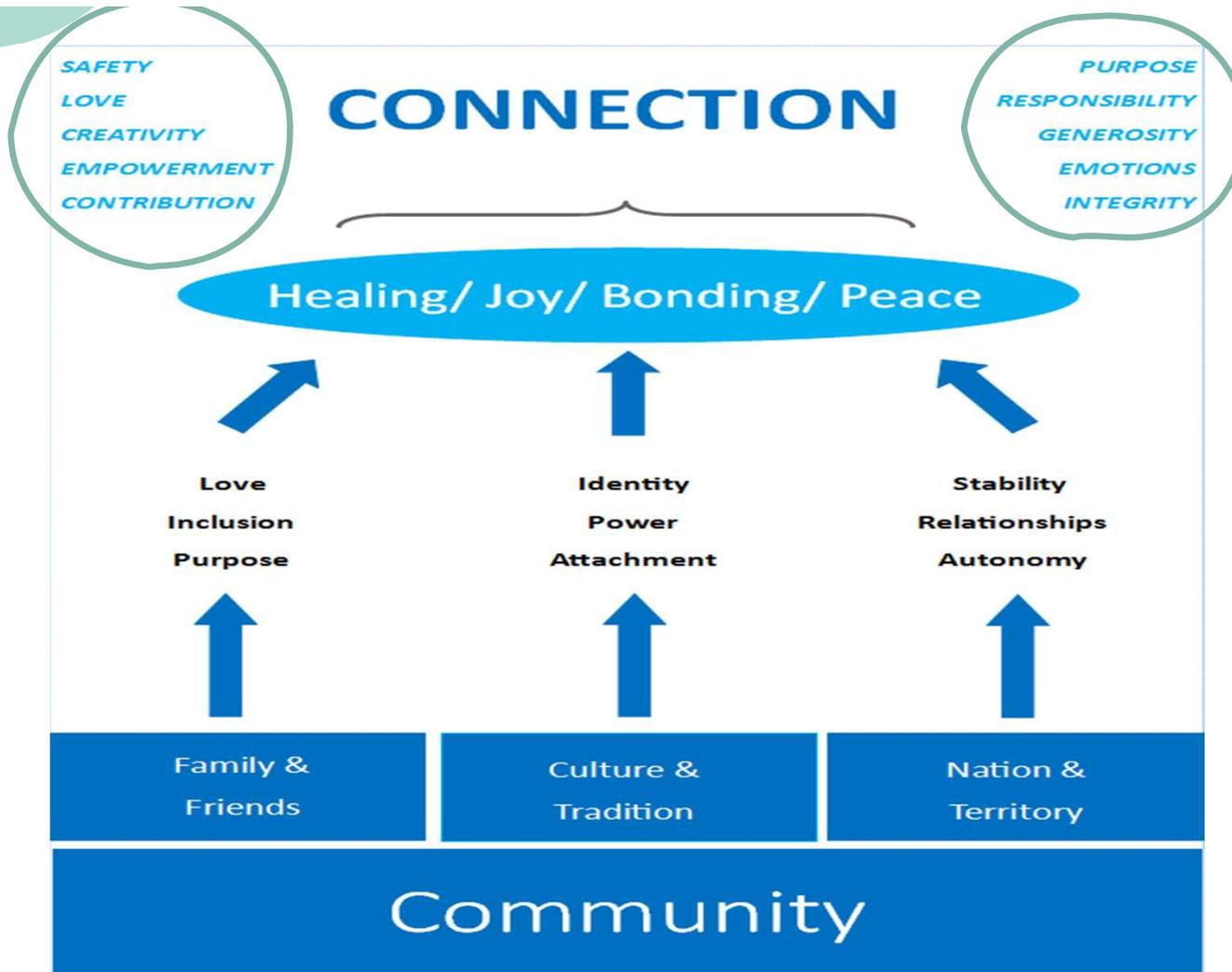
Prendre soin de soi

Se fixer des objectifs

S'impliquer dans des activités stimulantes

Participer à des cérémonies

Apprendre de la situation problématique



Adapted from: *Above: Roots of Addiction and Roots of Connection*. Credit: FNHA Indigenous Wellness team (<https://www.fnha.ca/about/news-and-events/news/not-just-naloxone-training-a-three-day-train-the-trainer-workshop>)

Une implantation et un programme « vivants »

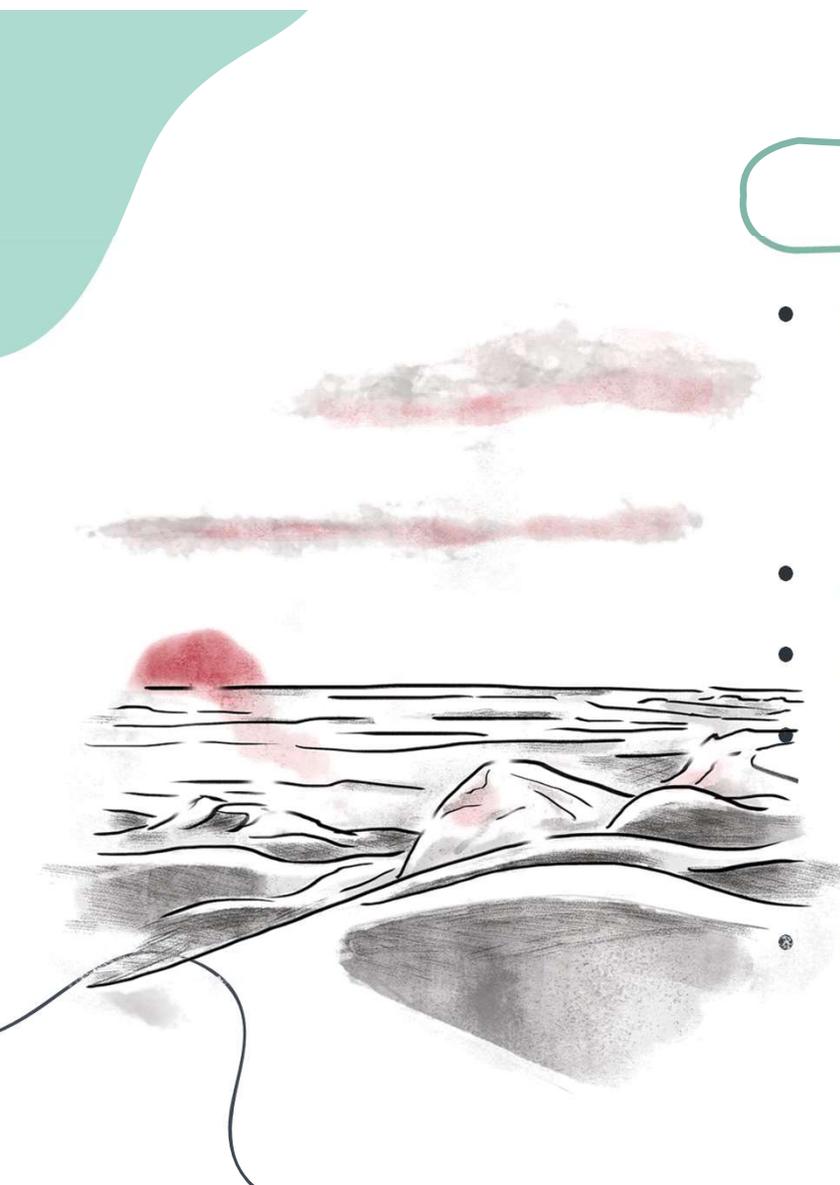
- Modification du protocole de collecte de données.
- Prolongement de la collecte de données.
- Nouvelles formations depuis l'été 2021.
- Ajustement des modalités de la formation.
- Ajustement des modalités du programme.
- Mentorat (à venir).
- Demande de financement aux IRSC (2022)
- **Mais surtout, offrir la flexibilité et l'espace nécessaires aux initiatives des communautés.**



Exemples concrets d'appropriation positive avec le temps

- Le programme sera offert dans le cadre d'une fin de semaine de ressourcement du 27 au 30 janvier.
 - 12 participants de 3 Nations
 - 6 intervenants autochtones de 3 Nations
 - Joël, Myriam et Chantal
- Mise en place de la formule groupe au Nunavik.
- Formule hybride individuel/couple.
- Décloisonnement des outils
 - Ex. Maison Carignan



A watercolor illustration on the left side of the slide. It depicts a sunset or sunrise over a body of water. The sun is a bright red circle on the horizon. The sky is filled with soft, horizontal brushstrokes in shades of red, pink, and grey. The water is rendered with dark, horizontal lines and a reflection of the sun. In the foreground, there are dark, sketchy lines representing the silhouettes of birds or reeds.

CONCLUSIONS

- Posture d'ouverture
 - Agir pour favoriser la sécurité culturelle et l'autochtonisation
- Sage Usage /Wise Choices est un programme vivant
- Il a changé... et il va changer
- Il permet d'amorcer un dialogue, une réflexion
 - Pour les participants
 - Pour les intervenants
- Défis : son futur est menacé
 - Pérennité du programme sans financement
 - Formation des intervenants



**Merci!
Miighetch!
Nakurmiik!
Tiawenhk!
Tshinashkumitin!**

RESSOURCES D'AIDE

- Si vous êtes autochtone, Ligne d'écoute concernant les pensionnats 1-866-925-4419
- Info-social 811, option 2
- Écoute-entraide 1-855-EN LIGNE
- Tel aide : 514-935-1101



Références

- Bélanger, R., Muckle, G., Courtemanche, Y., & Poliakova, N. (2020). *Substance Use. Nunavik Inuit Health Survey 2017 Qanuilirpitaa? How are we now?* Quebec: Nunavik Regional Board of Health and Social Services (NRBHSS) et Institut national de santé publique du Québec (INSPQ).
- Commission de la santé et des services sociaux des Premières Nations du Québec et du Labrador (CSSSPNQL). (2018). *Enquête régionale sur la santé des Premières Nations du Québec – 2015 : Consommation d'alcool et de drogues, cyberdépendance et problèmes liés aux jeux de hasard.* Wendake: CSSSPNQL. Repéré à https://www.cssspnql.com/docs/default-source/ers-phase-3/dependance_ers_phase-3_fra.pdf?sfvrsn=2
- Dunbar-Ortiz, R., & Gilio-Whitaker, D. (2016). *"All the real Indians died off" : and 20 other myths about Native Americans.* Boston: Beacon Press.
- Éduc'alcool. (2017). *Les Québécois et l'alcool.* Repéré à <https://www.educalcool.qc.ca/wp-content/uploads/2019/10/Les-Que%CC%81be%CC%81cois-et-lalcool-2017.pdf>

Références

- Enoch, M. A., & Albaugh, B. J. (2017). Review: Genetic and environmental risk factors for alcohol use disorders in American Indians and Alaskan Natives. *The American journal on addictions, 26*(5), 461-468. doi: 10.1111/ajad.12420
- Gonzalez, V. M., Burroughs, A., & Skewes, M. C. (2021). Belief in the American Indian/Alaska Native biological vulnerability myth and drinking to cope: Does stereotype threat play a role? *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 27*(1), 37-46. doi: 10.1037/cdp0000366
- Gonzalez, V. M., & Skewes, M. C. (2016). Association of the firewater myth with drinking behavior among American Indian and Alaska Native college students. *Psychology of Addictive Behaviors, 30*(8), 838-849. doi: 10.1037/adbo000226
- Gonzalez, V. M., & Skewes, M. C. (2018). Association of belief in the “firewater myth” with strategies to avoid alcohol consequences among American Indian and Alaska Native college students who drink. *Psychology of Addictive Behaviors, 32*(4), 401-409. doi: 10.1037/adbo000367
- Vrakas, G., & Laliberté, A. (2020). *L'intervention psychoéducatrice auprès des Autochtones*. Dans C. Maïano, S. Coutu, A. Aimé, & V. Lafantaisie (Éds.), *L'ABC de la psychoéducation* (pp. 611-642). Québec, QC: Presses de l'Université du Québec



Avec la précieuse collaboration de

SANTÉ CANADA

MINISTÈRE DE LA SANTÉ
ET DES SERVICES SOCIAUX

Avec le soutien de la direction de l'enseignement
universitaire et de la recherche.

MENTION SPÉCIALE :

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



Avec le soutien
financier de :



CREDITS: This presentation template was created
by **Slidesgo**, including icons by **Flaticon**, and
infographics & images by **Freepik**