

## ***Le travail, un lieu possible de déstigmatisation***

**Karine Donnelly** et **Christine Morin**, toutes deux conseillères en réadaptation chez Accès-Cible SMT

Accès-cible SMT c'est :

- Un organisme communautaire en employabilité et une ressource alternative en santé mentale fondé en 1988
- Un lieu de support pour des adultes vivant ou ayant vécu des problèmes de santé mentale et/ou des difficultés émotives dont le parcours témoigne de leurs difficultés à intégrer et/ou à se maintenir en emploi.

En lien avec le thème du colloque, *Vaincre la stigmatisation*, le présent atelier aborde les différents enjeux vécus par les personnes vivant des problèmes de santé mentale dans leur processus de réintégration au travail; un processus qui pour plusieurs signifie par le fait même l'occasion de *Redevenir un citoyen merveilleusement ordinaire*.

Nous croyons que le travail peut aider une personne à avoir une meilleure santé, tant au niveau physique que mentale. C'est cette croyance qui nous pousse à vouloir accompagner des gens vers ce lieu de rétablissement.

Malheureusement, pour certaines personnes, le travail a déjà été synonyme de souffrance. Pour certains, l'absence parfois longue du marché du travail a contribué à consolider cette croyance, qui associe le marché du travail à un lieu de souffrance.

C'est à ce moment que le retour en emploi peut devenir difficile aux yeux de la personne. Se projeter dans une expérience professionnelle positive peut parfois même être impossible pour celui ou celle qui est envahi par les peurs et les blessures.

Malgré tous ces enjeux, le désir de retourner en emploi reste présent et c'est à ce moment que notre support et accompagnement peut être utile pour ces personnes, afin de les aider à identifier leurs motivations profondes. C'est également à ce moment que ces mêmes personnes peuvent avoir besoin de confronter et réévaluer leurs perceptions. La démarche de groupe est un moyen que nous utilisons pour permettre aux participants de prendre un recul et de se regarder aller afin de prendre conscience de leurs perceptions, leurs propres étiquettes, leur autostigmatisation...

Le processus de groupe c'est :

- Un laboratoire relationnel
- Un lieu de reprise de pouvoir
- Un moyen de briser l'isolement
- Un terrain d'apprentissage de soi (forces, faiblesses, talents, perceptions, etc.)
- Etc.

L'atelier aura pour but d'échanger sur nos perceptions face au travail, à la santé mentale et au défi que représente le mandat de vaincre la stigmatisation.