

PRIX NATIONAUX EN SANTÉ MENTALE CRÉÉS À L'OCCASION DU 5^E ANNIVERSAIRE DE LA COMMISSION

Catégorie: **Recherche**

Lauréat: **SOCIÉTÉ CANADIENNE DE SCHIZOPHRÉNIE**
Winnipeg, Man.
schizophrenia.ca

ENGAGER LES JEUNES DANS LES ARTS AFIN D'EN APPRENDRE DAVANTAGE SUR LA PSYCHOSE ET LA CONSOMMATION DE CANNABIS

CONTEXTE

Dans une proportion d'environ trois pour cent, la population traversera un épisode psychotique à un moment donné de sa vie. Nombre de ces personnes auront leur première expérience à l'adolescence ou au début de l'âge adulte. Pour les jeunes qui se trouvent au moment crucial de leur vie où ils développent de l'estime de soi, de la confiance, des relations et une vision positive de la vie, la psychose peut être particulièrement difficile. Un épisode psychotique peut interrompre le développement sain d'un ou de tous les éléments énumérés ci-dessus chez un jeune s'il n'est pas traité rapidement et adéquatement.

Au cours des dernières années, des études internationales ont souligné les dangers potentiels de la consommation de cannabis par les personnes prédisposées à la maladie mentale et ont montré que la consommation de cette substance peut déclencher des symptômes psychotiques, exacerber les symptômes des personnes ayant une maladie psychotique et empêcher le rétablissement. Environ 30 p. 100 des étudiants du secondaire au Canada consomment du cannabis. Environ 80 p. 100 des jeunes vivant leur premier épisode psychotique consomment également des substances intoxicantes telles que le cannabis. En outre, la consommation actuelle ou passée de cannabis est impliquée dans 70 p. 100 des cas de psychose importants ou qui ne répondent pas bien au traitement.

Bien que l'intervention précoce réduise les symptômes psychotiques et le nombre de réadmissions à l'hôpital, la consommation de cannabis peut compliquer le diagnostic, le traitement et le rétablissement. Peu de renseignements sur le lien entre la consommation de cannabis et les problèmes de santé mentale sont offerts aux jeunes.

L'engagement actif des jeunes dans des efforts pour mieux comprendre les points de vue des personnes consommant du cannabis et aux prises avec une psychose permet d'avoir un meilleur aperçu du problème. L'implication des jeunes peut les aider à différencier les symptômes de psychose et de consommation de cannabis et favoriser l'intervention précoce.

APERÇU

Une bourse de trois ans de la part de Santé Canada a permis à la Société canadienne de schizophrénie d'entreprendre un projet de recherche axé sur les jeunes explorant les liens entre la psychose et le cannabis. Lancé en 2009, le projet Cannabis et psychose : exploration des liens visait à incorporer et à bonifier les concepts de recherche participative qui se sont avérés pertinents

à la santé mentale des jeunes. (L'approche engage les jeunes dès le tout début du processus de recherche du projet).

Un groupe consultatif comprenant des représentants d'organisations œuvrant auprès des jeunes et de pourvoyeurs de services de première ligne, des intervenants et des chercheurs de partout au pays a guidé le projet et a profité de la collaboration d'artistes et de spécialistes de la communication axée sur les arts.

La participation de 28 jeunes ayant vécu une psychose et l'utilisation d'approches de communication axée sur les arts ont été essentielles à l'initiative.

Les jeunes ont été recrutés partout au Canada dans des cliniques de santé mentale pour les jeunes ayant traversé un premier épisode de psychose. « Nous cherchons à impliquer les jeunes qui ont vécu une psychose afin de créer des approches réalistes, engageantes et nuancées en matière de messages de prévention », explique Catherine Willinsky, directrice des programmes et projets nationaux de la Société canadienne de schizophrénie. « Non seulement des jeunes ont été interviewés dans le cadre du projet, mais ils ont également mené des entrevues, puis compilé et analysé les conclusions de recherche. »

Formés sur la méthodologie de recherche qualitative participative pour recueillir les renseignements pertinents de la part de leurs pairs en traitement, les jeunes participants ont mené des entrevues et des groupes témoin à Halifax, London et Vancouver. Ils ont également participé à l'élaboration de stratégies visant à traduire les connaissances du projet en matériel pédagogique pour le public cible, y compris les jeunes, leur famille et autres.

Les jeunes chercheurs ont travaillé avec des conseillers et des artistes du projet pour explorer des façons d'utiliser les arts afin de communiquer leur expérience par rapport aux problèmes de santé mentale. En travaillant avec des experts en poésie, en techniques narratives numériques, en photographie et en arts visuels, les jeunes ont raconté leur propre histoire et ont appris à communiquer de façon créative les conclusions du projet aux partenaires.

En 2010, l'équipe a mené 50 entrevues auprès de jeunes de façon individuelle et en groupe, en séances de 20 à 60 minutes. L'échantillon comprenait des hommes et des femmes (de 16 à 30 ans), y compris des personnes qui ont consommé de la marijuana et d'autres qui n'en ont jamais consommé. On a posé des questions aux participants concernant certains aspects de leur consommation, tels que les facteurs qui ont influencé leur décision de consommer ou non, s'ils sentaient que la marijuana avait joué un rôle dans leur premier épisode de psychose et s'ils avaient des stratégies pour les aider à contrôler leur paranoïa.

« Santé Canada a compris qu'il s'agissait d'une population spéciale dans laquelle les jeunes pouvaient avoir passé des années à composer avec leur maladie et pouvaient avoir fait face à des défis plus importants que d'autres personnes », affirme Catherine Willinsky pour expliquer la fourchette d'âge des personnes interviewées. « Au moment où les personnes vont assez bien pour participer à ce type d'initiative, elles doivent être à une étape solide de leur rétablissement. Cela peut prendre des années à atteindre. »

Après la fin du projet, ses conclusions (y compris les données générées par les entrevues) et le matériel de communication (y compris les histoires, les poèmes, les rapports, les bandes dessinées et les modules d'apprentissage en ligne) ont été partagés à grande échelle avec les partenaires, dont les établissements d'intervention précoce relative aux psychoses et de lutte contre la toxicomanie chez les jeunes partout au Canada lors de conférences et sur le site Web de la Société canadienne de schizophrénie.

DÉFIS ET OPPORTUNITÉS

Ce projet de recherche était motivé par la croyance que les jeunes avaient besoin d'aide pour différencier les symptômes de psychose et les effets du cannabis et qu'ils pourraient apporter des contributions importantes à titre de chercheurs sur le sujet. Bien que de nombreux sites Web communiquent le message « dis non à la drogue », il y a peu d'autres renseignements offerts. De nombreux jeunes se posent des questions.

« De nombreux jeunes pourraient bénéficier d'une meilleure compréhension de ces problèmes », explique Catherine Willinsky. « Les jeunes confrontés aux effets du cannabis et à la psychose sont aux prises avec des problèmes complexes et déconcertants. Il est difficile de comprendre où un problème commence et où l'autre se termine. Nous voulons partager les renseignements générés par les jeunes qui reflètent leur expérience et nous espérons qu'ils aideront d'autres jeunes à prendre des décisions plus éclairées. »

Puisque les jeunes se tournent généralement vers leurs pairs lorsqu'ils font face à des situations difficiles, et qu'ils comptent beaucoup sur leur réseau personnel d'amis, les jeunes participants aux programmes cliniques ont la capacité d'influencer d'autres jeunes à risque. Cela comprend les personnes qui peuvent être à risque mais qui n'ont pas encore été identifiées et celles qui ont été identifiées et qui en sont aux premières étapes d'un traitement.

Les jeunes interviewés dans le cadre du projet se heurtaient à une double stigmatisation : celle d'une maladie mentale importante et celle concernant la consommation de substances intoxicantes. « Les jeunes ont été exceptionnellement braves », déclare Catherine Willinsky. « Nous avons tous entendu parler de la stigmatisation liée à la maladie mentale et ces jeunes composaient non seulement avec une psychose mais également avec leur consommation de drogue. »

INNOVATION

Puisqu'il existait peu de renseignements sur le lien entre la consommation de cannabis et la psychose du point de vue des jeunes, le projet de la Société canadienne de schizophrénie représentait une étape importante. Il explorait le lien de deux façons uniques : en intéressant et en engageant directement les jeunes dans la recherche et en tirant profit du pouvoir des arts pour faciliter la communication des conclusions du projet aux jeunes.

L'intégration des arts (plus particulièrement des formes non traditionnelles telles que le rap, la poésie, les bandes dessinées, la photographie et les techniques narratives numériques) pour générer des renseignements et diffuser les résultats de recherche s'est avérée une occasion unique pour les jeunes de partager, d'interpréter et de mettre en pratique les conclusions de la recherche. « Nous voulions découvrir comment transformer les expériences des jeunes en une forme d'art qui communique de puissants messages aux autres jeunes », affirme Katherine Boydell, scientifique principale du programme de sciences évaluatives de la santé des enfants de l'hôpital pour enfants malades de Toronto, pionnière de longue date dans la fusion des arts dans la recherche et les soins cliniques en santé mentale qui a occupé un poste de conseillère scientifique principale dans le cadre du projet.

Des ateliers incorporant des techniques narratives numériques, de la poésie et de la photographie ont permis de nouveaux modes de communication. Sur le site Web du projet (www.cannabisandpsychosis.ca), par exemple, des portraits en noir et blanc de jeunes permettent de mettre des visages sur le sujet et des vidéos numériques racontent l'histoire de jeunes anciennement troublés, expliquant leurs difficultés avec la psychose de façon tout à fait honnête.

Les vidéos ont été produites au cours d'un atelier narratif numérique de trois jours qui a eu lieu à la fin de la première année du projet et elles ont donné l'occasion aux jeunes chercheurs de raconter

leurs expériences personnelles et leurs difficultés avec la psychose et le rétablissement. « Les histoires ont été partagées dans une grande variété de contextes autres que le site Web et ont été très bien reçues », souligne Katherine Boydell. « Elles sont candides et parlent de la vaste gamme d'expériences des jeunes sans filtre d'un narrateur et sans tenter de diriger le message. »

La formation des jeunes chercheurs a également étoffé leurs connaissances et compétences sur les méthodes de recherche qualitative, ce qui a aussi augmenté la capacité de recherche de la communauté.

INCIDENCE POSITIVE

On espère que le dévoilement des méthodes et des résultats du projet (tels que les histoires numériques, les analyses documentaires, les ressources interactives en ligne, les applications des médias sociaux, etc.) aidera à informer une stratégie plus vaste en matière de santé mentale dans la communauté pour aborder le problème de consommation de cannabis et de psychose chez les jeunes.

Le projet a révélé, par exemple, que les raisons les plus courantes pour lesquelles les jeunes fument du cannabis comprennent la pression des pairs, la socialisation avec les amis, la curiosité, l'influence de l'alcool et « parce que ça donne quelque chose à faire ». De nombreux jeunes ont également admis consommer du cannabis pour refouler des sentiments d'anxiété ou de stress, pour en réduire les symptômes et pour « s'évader ».

Lors de l'atelier d'échange des connaissances qui a eu lieu à Ottawa en octobre 2012, les approches axées sur les arts utilisées dans le projet et certains des résultats du projet ont été partagés avec divers partenaires, dont des organisations œuvrant auprès des jeunes et visant l'engagement des jeunes, des agences de santé mentale pour enfants, des membres de familles, des éducateurs, du personnel de cliniques d'intervention précoce, des organisations luttant contre la toxicomanie, des chercheurs et des responsables des orientations politiques.

Un manuel de formation standardisé complet a été créé pour former les jeunes chercheurs et celui-ci pourrait aider d'autres organisations souhaitant entreprendre des recherches avec la participation de jeunes.

Catherine Willinsky a déclaré que de nombreux jeunes participants commençaient à questionner leur consommation de cannabis en explorant son lien à la psychose. « Une des choses que nous voulons montrer est qu'il ne s'agit pas d'une drogue sans danger pour de nombreuses personnes », explique-t-elle. « Elle peut en fait être très effrayante. De nombreuses personnes continuent d'en consommer bien qu'elles sachent profondément que ce n'est pas bien. Nous voulons promouvoir l'idée qu'il faut s'arrêter et réfléchir à sa consommation plutôt que de continuer aveuglément. »

ENSEIGNEMENTS ET ACQUIS

Le rôle des jeunes dans le projet et leur volonté de révéler leur propre histoire avec des pairs et d'autres ont été très appréciés.

Le temps était également un ingrédient clé de la réussite du projet. Le temps requis pour mener les entrevues efficacement et établir la confiance de tous les participants au projet, pas seulement entre les assistants de recherche et les pairs qu'ils interviewaient, a été bien investi. Le financement de trois ans du projet a permis à la Société canadienne de schizophrénie d'établir une confiance avec les jeunes et de les engager à un niveau qui pourrait ne pas avoir été possible dans un délai plus court. De plus, pour établir la confiance, on n'a jamais demandé aux jeunes chercheurs s'ils avaient déjà consommé du cannabis ou s'ils en consommaient toujours. « Nous sentions que cela contribuait à un sentiment de bonne entente et d'aise », explique Katherine Boydell.

La vaste gamme d'expériences des membres du groupe a également grandement favorisé la cohésion du groupe et a créé une synergie dès le départ.

L'AVENIR

À l'avenir, la Société canadienne de schizophrénie espère mobiliser les jeunes, les professionnels de la santé mentale, les parents et d'autres membres de la population pour qu'ils diffusent à grande échelle l'information concernant la consommation de cannabis et la psychose. Elle utilise davantage les médias sociaux et les réseaux de communication de divers partenaires et organisations, y compris des écoles, des cliniques d'intervention précoce, des centres de santé mentale pour enfants, des organisations luttant contre la toxicomanie et autres pour diffuser des connaissances sur le projet et ses conclusions et méthodes.

By Séamus Smyth and Cathy Nickel
Mental Health Commission of Canada