



Où nous trouver

● Montréal
pcsm-cpmh.org

Nous joindre

👤 Patrick Merrigan
Directeur général
✉ pmerrigan@pcsm-cpmh.org

À propos du projet de Perspective communautaire en santé mentale (PCSM/ CPMH)

PCSM/ CPMH a proposé des activités de groupe axées sur le renforcement des compétences et la fourniture d'outils permettant de mieux gérer les symptômes de santé mentale des participants. Cette initiative a complété le programme de soutien communautaire et a permis aux participants de bénéficier d'un soutien hebdomadaire supplémentaire leur permettant d'explorer leurs vulnérabilités en toute sécurité et de prendre confiance en eux. Les activités physiques ont également été utilisées dans le cadre du processus thérapeutique lorsqu'il s'agit de travailler avec de jeunes adultes et la communauté.



Le fait d'offrir aux jeunes un espace pour se défouler et créer, une écoute active, de l'empathie, de l'accessibilité et de la disponibilité a permis de rompre le sentiment d'isolement.



Pratique prometteuse

Compte tenu des longues listes d'attente des institutions, le développement de groupes de soutien était essentiel pour répondre aux besoins immédiats des jeunes adultes. L'approche de groupe a permis de rompre la solitude et l'isolement des jeunes lorsqu'ils reçoivent un diagnostic de santé mentale; elle leur a permis de voir qu'ils n'étaient pas seuls. De plus, les conseillers psychosociaux de PCSM étaient multidisciplinaires et apportaient des perspectives différentes sur les besoins et les difficultés rencontrés par leur clientèle.

★ Facteurs clés du succès

- Des moyens d'expression diversifiés pour les jeunes adultes
- Offrir des possibilités de relations sociales