

Outil d'autoréflexion sur l'humilité culturelle à l'intention des professionnels de la santé mentale en milieu scolaire

Le présent outil d'autoréflexion a été conçu pour vous aider à explorer votre propre humilité culturelle et à y réfléchir en tant que professionnel de la santé mentale en milieu scolaire. Cet outil d'autoréflexion vous invite à tenir compte de vos compétences, de vos connaissances et d'une prise de conscience personnelle lorsque vous soutenez les élèves et que vous interagissez avec les membres du personnel dont les identités socioculturelles ne sont pas les mêmes. À cet effet, l'examen approfondi de vos propres valeurs, croyances et préjugés est une étape importante qui permet de fournir aux élèves des services fondés sur l'affirmation identitaire. Lorsque vous entamez le processus thérapeutique avec une certaine humilité culturelle, il est possible de tisser des liens plus authentiques qui contribuent à améliorer la santé mentale des élèves que vous appuyez.

Bien évidemment, un outil d'autoréflexion ne peut pas, en tant que tel, susciter l'humilité culturelle. C'est un instrument qui peut vous aider à reconnaître vos capacités, vos connaissances et votre niveau de confiance dans ce domaine, et à repérer des éléments pour lesquels vous pourriez bénéficier de formation et d'approfondissement professionnel. En outre, cet outil peut vous permettre de réfléchir à la question de l'identité et des identités multiples croisées dans les rapports avec vos élèves et vos collègues.

Il convient de noter que le terme « culture » ne se limite pas nécessairement à la race, à l'origine ethnique et à l'ascendance. En effet, au sens large, la culture englobe les croyances, les expériences communes et les façons d'être dans le monde qui sont partagées par des personnes ayant des mêmes caractéristiques, comme les personnes handicapées, les membres de communautés religieuses et spirituelles, les personnes s'identifiant comme 2S/LGBTQIA+, etc.

Enfin, il est important de noter que l'autoréflexion liée à l'humilité culturelle fait partie d'un processus plus élargi d'apprentissage et de croissance en tant que professionnel de la santé mentale en milieu scolaire. L'apprentissage individuel, le dialogue avec les partenaires cliniques, la participation à une communauté de pratique, la supervision efficace, etc., font partie des moyens qui permettent de développer les compétences et les connaissances cliniques nécessaires à la prestation de services fondés sur des données probantes et axés sur l'affirmation identitaire dans le cadre d'une relation thérapeutique.

Qu'entend-on par « humilité culturelle » ?

Le terme « humilité culturelle » a été créé par Melanie Tervalon et Jann Murray-Garcia (1998). Ce concept a été initialement mis au point pour identifier et corriger le problème du déséquilibre des pouvoirs dans le domaine des soins de santé. Aujourd'hui, le concept d'humilité culturelle est répandu dans divers secteurs qui soutiennent les élèves, y compris celui de l'éducation. L'humilité culturelle comprend des principes tels que :

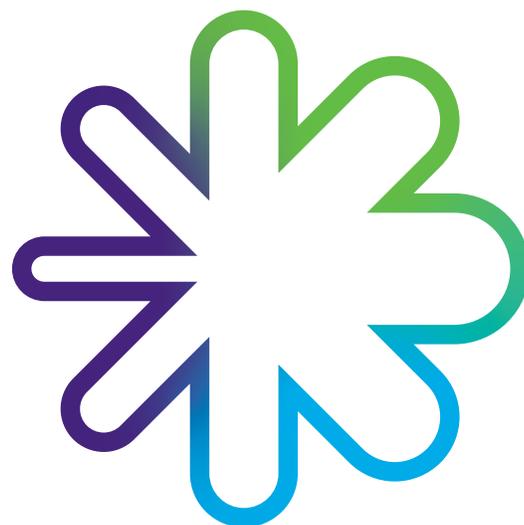
1. L'engagement à vie en faveur de l'autoévaluation et de l'autocritique.
2. Le redressement de la dynamique du pouvoir et la suppression des inégalités tout en créant des partenariats avec les communautés et les partisans du changement.
3. L'engagement en faveur de la réflexion et la critique continues au niveau institutionnel pour veiller à ce que l'on tienne compte de la race, de l'ethnicité, de la culture, de la langue, de l'orientation sexuelle et de la classe sociale.



Du point de vue individuel, c'est-à-dire celui du clinicien, l'humilité culturelle [Traduction] « correspond à une orientation vers la prise en charge des patients basée sur : l'autoréflexivité et l'évaluation, la reconnaissance de l'expertise des patients par rapport au contexte social et culturel de leur vie, la volonté d'établir des relations équilibrées en termes de pouvoir avec les patients, et un engagement à apprendre tout au long de la vie. L'humilité culturelle consiste à admettre que l'on ne sait pas et que l'on est prêt à apprendre des expériences des patients, tout en étant conscient d'être soi-même ancré dans une ou plusieurs cultures » (Lekas, Pahl, et Lewis, 2020).

Utilisation de l'outil d'autoévaluation et d'autoréflexion :

- ▶ Lisez chaque énoncé des sections Sensibilisation, Connaissances et Compétences. Cochez la colonne appropriée à droite de chaque énoncé pour vous situer. Prenez le temps nécessaire pour réfléchir honnêtement à chaque élément.
- ▶ Vos réponses sont confidentielles et personnelles, vous ne devez les montrer à personne. Cet outil a été conçu pour VOUS, afin de vous permettre de réfléchir et de vous épanouir sur le plan professionnel.
- ▶ Il peut y avoir des énoncés que vous ne comprenez pas, des concepts que vous ne connaissez pas ou des éléments qui vous mettent mal à l'aise. Ce n'est pas grave. Il s'agit d'une excellente occasion pour poursuivre votre réflexion, en lisant et en révisant vous-même le document, ou en consultant votre superviseur ou un autre collègue à qui vous faites confiance pour vous éclairer ou demander du soutien.
- ▶ À la fin de chaque section, identifiez les domaines pour lesquels vous avez fourni des évaluations telles que « jamais/pas du tout » ou « rarement/un peu ». Créez ensuite un ou deux objectifs liés à ces domaines. Puis, déterminez les méthodes que vous utiliserez pour atteindre ces objectifs (par exemple, assister à des ateliers ou à des webinaires, lire des articles, regarder des vidéos en ligne provenant de sources crédibles, solliciter une supervision).
- ▶ Tout au long de l'année, participez aux activités d'apprentissage indiquées sur votre feuille d'objectifs et revenez-y de temps en temps pour vérifier vos progrès. Nous vous recommandons de répéter cette procédure chaque année, ou à intervalles réguliers, afin de pouvoir poursuivre le processus d'apprentissage individualisé.
- ▶ Si vous avez des questions, vous pouvez communiquer avec le leader en santé mentale de votre conseil scolaire ou envoyez directement un message par courriel à Santé mentale en milieu scolaire Ontario (info@smho-smso.ca).



Lekas H.M, Pahl K, Fuller Lewis C. (2020) Rethinking Cultural Competence: Shifting to Cultural Humility. Health Service Insights,13:1178632920970580. doi: 10.1177/1178632920970580. PMID: 33424230; PMCID: PMC7756036. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7756036/>

Tervalon, M., & Murray-García, J. (1998). Cultural humility versus cultural competence: A critical distinction in defining physician training outcomes in multicultural education. Journal of Health Care for the Poor and Underserved, 9(2), 117-125. <https://doi.org/10.1353/hpu.2010.0233>



Outil d'autoréflexion sur l'humilité culturelle à l'intention des professionnels de la santé mentale en milieu scolaire

Sensibilisation		Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Toujours
J'apprécie la diversité	Je considère les différences humaines comme positives et je suis conscient que la culture et l'identité sont une source de force importante pour les élèves que je soutiens.					
Je me connais	J'ai une idée claire de ma propre identité ethnique, culturelle, sociale, religieuse et raciale et de son incidence sur ma pratique liée à la santé mentale en milieu scolaire.					
Je comprends ma culture	Je reconnais que pour créer une relation thérapeutique favorable, je dois comprendre comment le pouvoir et les privilèges sont ancrés dans ma propre culture et expérience.					
Je suis conscient des problèmes de gêne que je rencontre	Je suis conscient de mon niveau de malaise ou d'incertitude lorsque je soutiens les élèves dont la race, la couleur, la foi, l'orientation sexuelle, l'identité de genre, la langue, les aptitudes et l'origine ethnique sont différentes.					
Je vérifie mes hypothèses	Je suis conscient des suppositions que je peux faire à propos des élèves dont la culture est différente de la mienne et j'ai des stratégies qui me permettent de faire une pause et de les vérifier afin d'établir et de maintenir une relation thérapeutique de soutien.					
Je remets en question mes stéréotypes	Je suis sensible aux préjugés culturels que je véhicule et j'ai développé des stratégies pour limiter les dommages qu'ils peuvent causer.					
Je réfléchis à la manière dont ma culture influence mon jugement	Je suis sensible à la façon dont mon point de vue et mes expériences culturels influencent mon jugement sur les comportements, les valeurs et les styles de communication « appropriés », « normaux » ou « supérieurs ».					
Je reconnais mes privilèges	Si je suis membre d'une culture dominante, je comprends que je ne suis pas dénué de pouvoir et de privilèges et que, de ce fait, je ne serai peut-être pas considéré comme « impartial » ou comme un allié.					
Je m'intéresse activement aux questions de justice sociale	Je tiens compte de la portée du contexte social sur la vie des élèves issus de cultures diversifiées, et de la manière dont le pouvoir, les privilèges et l'oppression sociale influencent leur santé mentale et leur bien-être.					



Outil d'autoréflexion sur l'humilité culturelle à l'intention des professionnels de la santé mentale en milieu scolaire

Connaissances		Pas du tout informé	Un peu informé	Assez bien informé	Très bien informé	Extrêmement bien informé
Je connais l'histoire de la colonisation et ses répercussions sur les populations autochtones en particulier	Je comprends l'impact des colons sur les populations autochtones, notamment la perte de leur langue, de leur terre et de leur culture et l'horreur liée aux expériences vécues dans les pensionnats.					
Je connais l'histoire du racisme et de la marginalisation au Canada	Je connais bien les incidents historiques du passé du Canada, comme la traite transatlantique des esclaves et les violations institutionnelles des droits de la personne, qui témoignent du racisme et de l'exclusion à l'égard des personnes racisées et marginalisées au Canada.					
Je comprends comment l'héritage historique a une incidence sur le contexte social actuel	Je comprends comment les legs historiques, tels que le colonialisme et l'esclavage, ont une incidence sur le racisme institutionnel et systémique et aussi sur la suprématie blanche. Ce sont ces éléments qui persistent encore de nos jours et entraînent des répercussions sur la santé mentale des élèves.					
Je comprends les conséquences actuelles du sexisme, du classisme, de la discrimination fondée sur la capacité physique, de l'homophobie, de la transphobie, de l'intolérance religieuse, etc.	Je reconnais que les attitudes stéréotypées et les actions discriminatoires persistent encore de nos jours et peuvent déshumaniser, voire encourager la violence contre les élèves du fait de leurs identités et de leurs identités multiples croisées.					
Je comprends que le genre est un spectre	Je comprends l'identité et l'expression de genre, ainsi que l'importance de recourir à un langage et à des soins axés sur l'affirmation identitaire.					
Je comprends l'importance de fournir des services différenciés et accessibles	Je comprends qu'il est important que les élèves ayant des besoins particuliers et des handicaps aient besoin de services en santé mentale accessibles.					
Je comprends l'importance de décentrer la blancheur	Je sais qu'un bon nombre de normes, de structures et de valeurs au sein du système scolaire sont enracinées dans notre histoire coloniale et que pour centrer chaque élève, nous devons explicitement décentrer la blancheur afin que les points forts de sa culture puissent être mis en valeur.					
Je sais que de nombreuses pratiques en matière de santé mentale sont enracinées dans la pensée occidentale	Je comprends que ma formation ainsi que de nombreuses pratiques relatives à la santé mentale en milieu scolaire peuvent présenter des limites pour les élèves ayant des identités diversifiées.					
Je connais l'histoire de ma famille	Je connais l'histoire de ma famille au Canada et la façon dont elle peut influencer mes expériences, mes privilèges et mes préjugés.					
Je sais que les différences interculturelles et individuelles sont importantes	Je reconnais que les cultures évoluent et peuvent varier d'une communauté à l'autre et d'un élève à l'autre, tout comme l'attachement de chaque individu à sa culture, son expression identitaire et de son intersectionnalité.					
Je suis conscient de l'existence d'identités sociales multiples et de leur croisement	Je reconnais que les élèves ont des identités multiples croisées, liées à la race, au sexe, à la religion, à l'origine ethnique, etc., et que l'importance de chacune de ces identités peut varier.					
J'apprends de mes expériences	Je sais que l'humilité culturelle intègre l'idée que je peux apprendre de mes erreurs et des expériences vécues.					
J'évalue les limites de mes connaissances	Je suis conscient que mes connaissances concernant certains groupes culturels et leur vécu sont limitées et j'accepte de créer des possibilités qui me permettent d'en apprendre davantage.					
Je connais mes limites	Je reconnais qu'il s'agit d'un travail difficile et parfois émotionnel et je continue à développer ma capacité à évaluer les domaines où mes connaissances sont insuffisantes.					
Je m'engage à apprendre tout au long de la vie	Je reconnais que pour intégrer l'humilité culturelle, je dois m'engager à apprendre tout au long de ma carrière professionnelle et je suis déterminé à continuer à progresser dans ce domaine.					

Outil d'autoréflexion sur l'humilité culturelle à l'intention des professionnels de la santé mentale en milieu scolaire

Compétences		Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Toujours
Je m'engage avec respect	Je m'engage de façon respectueuse auprès de chaque élève, en tenant compte de sa culture et son identité, lorsque je développe une relation, que je procède à des évaluations et que je fournis des services de prévention et d'intervention précoce.					
Je peux communiquer efficacement d'une culture à l'autre	Je suis capable d'adapter mon style de communication afin d'utiliser un langage plus accessible aux élèves qui peuvent communiquer d'une manière qui est autre que la mienne.					
Je respecte et j'affirme l'identité de genre	Je suis capable de comprendre que le genre est un spectre et de valoriser les identités de genre lorsque je travaille auprès des élèves.					
Je manifeste du respect pour les différences	Dans le cadre de ma pratique, je fais régulièrement preuve de respect envers la culture et les croyances des autres.					
Je m'attaque à mes propres préjugés culturels	Je suis capable de reconnaître mes propres préjugés culturels et de m'autocorriger afin de ne pas perpétuer ces préjugés lorsque je travaille auprès des élèves.					
Je sais comment adapter ma pratique concernant la santé mentale en milieu scolaire sur le plan culturel afin de mieux servir les élèves	Je comprends que les pratiques concernant la santé mentale en milieu scolaire peuvent être adaptées de manière sensible pour appuyer chaque élève. Il importe d'éviter de faire des suppositions et de travailler en collaboration avec les personnes que je soutiens.					
Je peux rétablir les relations	Si je perpétue des stéréotypes culturels dans mon contenu, je peux reconnaître mon erreur et m'engager dans un processus d'apprentissage et de réflexion qui m'aidera à améliorer ma pratique.					
Je pose des questions	Je suis à l'aise et je sais comment et quand poser des questions appropriées sur le croisement ou les liens entre la culture et la santé mentale.					



Objectifs d'humilité culturelle concernant mon travail dans le domaine de la santé mentale en milieu scolaire

Date :	
Période visée :	
Points forts : <i>Veillez énumérer les points forts que vous avez relevés en utilisant cet outil d'autoréflexion :</i>	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

Remarques :



Domaines à améliorer :

Veillez noter ci-dessous les domaines particuliers où l'amélioration est nécessaire. Créez un objectif pour chacun de ces domaines. Envisagez de créer un petit nombre d'objectifs réalisables, et d'en ajouter de nouveaux la prochaine fois que vous vous engagez dans ce processus de réflexion. Déterminez les méthodes que vous utiliserez pour atteindre ces objectifs (p. ex. assister à des ateliers ou à des webinaires, lire des articles, regarder des vidéos en ligne de sources crédibles, solliciter de la supervision).

Objectifs de sensibilisation	Méthodes pour atteindre les objectifs	Date approximative de réalisation

Objectifs de connaissances	Méthodes pour atteindre les objectifs	Date approximative de réalisation

Objectifs de compétences	Méthodes pour atteindre les objectifs	Date approximative de réalisation

*Cet outil d'autoréflexion a été mis à jour et adapté selon l'outil d'autoréflexion sur l'Autoévaluation de l'humilité culturelle de CTYS qui provient de la Greater Vancouver Island Multicultural Society, de l'université Western et de l'outil d'autoréflexion sur l'Autoévaluation de l'humilité culturelle du gouvernement du Canada.

