

Mieux se connaître pour mieux intervenir : croyances personnelles et professionnelles à l'égard de la proche aidance

Cet exercice (individuel ou collectif) vise à soutenir une réflexion critique sur les croyances, attitudes et repères culturels à l'égard de la proche aidance. Il permet d'explorer leur influence dans les pratiques d'intervention, particulièrement en contexte interculturel.

Représentations de la proche aidance

- Quel portrait me fais-je de la proche aidance de façon générale?
 - À quels profils de personne ai-je tendance à associer spontanément la proche aidance (âge, genre, origine, statut socioéconomique, culture)?
- Quelle est l'image que je me fais d'une « bonne personne proche aidante »?
- Quelles sont les attentes (peut-être même implicites) que j'ai par rapport aux personnes proches aidantes que j'accompagne ou rencontre?
 - En matière d'attitudes et de comportements?
 - En matière de collaboration avec l'équipe soignante?
 - En matière d'implication dans les étapes des soins?

Croyances relatives au soin au sein des groupes ethnoculturels minoritaires

- Quelles croyances ai-je sur la façon dont les responsabilités de soin sont (ou devraient être) réparties dans certains groupes ou familles?
- Quelles valeurs (p. ex. devoir filial, réciprocité, solidarité familiale, autonomie individuelle, indépendance) ai-je tendance à associer selon les groupes?
- Comment reconnais-je le travail de soin lorsqu'il prend des formes différentes de celles que je connais (p. ex. soins informels, réseaux communautaires, soutien religieux ou spirituel)?

Croyances relatives à la demande de soutien et l'accès aux services

- M'arrive-t-il de juger (même inconsciemment) certaines façons de demander de l'aide?
- Quelles hypothèses ai-je sur la façon dont les personnes issues de groupes ethnoculturels minoritaires perçoivent les services de santé et sociaux?
- Quelles sont mes attentes envers les personnes proches aidantes concernant la manière dont elles devraient interagir avec moi dans mon rôle de professionnel·le?

Croyances relatives à la demande de soutien et l'accès aux services – suite

- Comment ces attentes peuvent-elles, consciemment ou non, faciliter ou restreindre leur accès aux services?
- Ai-je une bonne connaissance des obstacles rencontrés par certaines personnes marginalisées dans leur accès aux soins et services?

Dans le cadre d'une intervention

Avant d'agir sur la base de vos croyances ou interprétations, faites une pause et interrogez-vous :

- Ai-je pris le temps de poser suffisamment de questions à la personne?
- Les informations recueillies reflètent-elles réellement sa réalité, ou sont-elles teintées par mes propres croyances et interprétations?

Origines et évolution des croyances et attitudes

- De quelles sources proviennent mes croyances?
Réfléchissez notamment à l'influence :
 - de votre entourage (famille, ami-e-s, réseau social)
 - de votre parcours professionnel et formation
 - du cadre organisationnel et institutionnel dans lequel vous évoluez
 - du cadre juridique et des normes sociales
 - de la religion, de la spiritualité ou des traditions culturelles
 - des médias et de l'actualité
- Mes croyances et attitudes ont-elles changé au fil du temps? Pourquoi et comment?
- Ces changements ont-ils modifié ma manière d'interpréter les responsabilités des personnes proches aidantes, notamment dans des contextes familiaux ou culturels différents du mien?

La perspective de la personne proche aidante

- Face à une personne proche aidante :
- Comment les exigences institutionnelles et professionnelles prennent-elles en compte son vécu et son expertise?
- La reconnaissance varie-t-elle lorsque la personne proche aidante appartient à un groupe ethnoculturel minoritaire?
- De quelle manière l'origine ethnoculturelle, linguistique ou migratoire d'une personne peut-elle (consciemment ou non) influencer ma façon de percevoir ses besoins ou son rôle de personne proche aidante?
- Suis-je plus enclin-e à orienter vers des services formels dans certains contextes que dans d'autres?

REFLÉXION EN ÉQUIPE

Reformuler les questions

Adapter chaque question pour explorer les représentations collectives plutôt que les croyances individuelles. L'objectif est de faire émerger ce qui est implicitement partagé, et souvent non questionné, au sein de l'équipe.

« Qu'est-ce que je considère comme de la proche aide? » → « Quels types de situations notre équipe reconnaît-elle spontanément comme de la proche aide dans ses pratiques? »

Ancrer la discussion

Il est recommandé d'ancrer la réflexion avec des cas concrets, en utilisant :

- Des situations vécues dans votre parcours professionnel (anonymisées au besoin)
- Les cas présentés dans la trousse



Histoires et parcours de proche aide -
Trousse Confluences - Institut universitaire...

Explorer les réalités des PPA issues de la diversité et déconstruire les idées reçues pour mieux comprendre...

Trousse Confluences

Identifier les croyances partagées

Une fois les échanges amorcés, nommer explicitement les tendances qui se dégagent :

- Quelles représentations reviennent souvent? Lesquelles sont moins nommées?
- Y a-t-il des angles morts collectifs, des réalités que l'équipe tend à sous-estimer ou à ne pas voir?

Confronter les croyances aux données et aux réalités documentées

Mettre en dialogue les représentations de l'équipe avec les portraits et statistiques disponibles dans la trousse.



Point de départ: entre mythes et réalités -
Trousse Confluences - Institut universitaire...

[vc_section e_l_id= »introduction » css=
»vc_custom_1765906009894{margin-top: 0px !...

Trousse Confluences

Explorer les variations de pratiques

Explorer les pratiques en place et discuter des variations dans le soutien et l'orientation des personnes proches aidantes au sein de votre organisation ou équipe selon leurs profils (langue, statut migratoire, composition familiale, etc.)

Ajuster les pratiques

L'exercice n'a de portée réelle que s'il débouche sur des intentions claires.

Réserver un temps de clôture structuré pour transformer les prises de conscience en engagements d'équipe.

Références

- Bourjolly, L., Chu, A., Duchesne, S., Gagnon, M.M. et Guindon, A. (2025). Trousse Horizons. Institut universitaire SHERPA et Centre d'expertise sur le bien-être et l'état de santé physique des réfugiés et des demandeurs d'asile. CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal. <https://troussehorizons.ca>
- Le Gall, J., et coll. (2023-2026). Être proche aidant quand on est un homme immigrant ou descendant de migrants. Quelles réalités, quels défis et quels besoins? Action concertée financée par les Fonds de recherche du Québec et le ministère de la Santé et des Services sociaux. [Consulter.](#)
- Samson, M-E., Le Gall, J., Pinchinat Jean-Charles, K., ... et Johnson-Lafleur, J. (2024). Les expériences de personnes appartenant à un groupe ethnoculturel minoritaire qui prennent soin d'un-e proche au Québec. Institut universitaire SHERPA. [Consulter.](#)

adapté de

TROUSSE
horizons

Une publication de l'Institut universitaire SHERPA, 7085 Hutchison, Montréal, Qc., H3N 1Y9,
sherpa.dlm@ssss.gouv.qc.ca
<https://www.sherpa-recherche.com>

Mieux se connaître pour mieux intervenir : croyances personnelles et professionnelles à l'égard de la proche aidance - Outil.

Un outil de la Trousse Confluences (<https://confluences.sherpa-recherche.com/>)

Publication: Institut universitaire SHERPA

Auteurs : Anaïs El Amraoui

Révision : Marie-Ève Samson, Andréanne Guindon, Kettly Pinchinat Jean-Charles.

Mise en page : Anaïs El Amraoui

© 2026 Institut universitaire SHERPA

INSTITUT UNIVERSITAIRE
SHERPA
Immigration. Diversité. Santé.

En partenariat avec :

Québec 

