

Guidelines for the Practice and Training of Peer Support

Peer support occurs when one person who has lived experience of a mental health challenge or illness, and is on a path of recovery, supports another with a mental health challenge or illness. This common experience might be related to their own mental health or the mental health of a loved one.

The Mental Health Strategy for Canada, *Changing Directions, Changing Lives*, recognizes that peer support offers social support to people living with mental health challenges and illnesses. It helps to improve quality of life, while also helping to reduce the negative impacts of mental illness such as extended hospitalization. The development of guidelines and standards of practice for peer support will promote the advancement and accessibility of peer support as an essential component of a transformed mental health system.

The Mental Health Commission of Canada has recently published guidelines around the practice of peer support and the training of peer support workers. Developed in collaboration with peer support workers across the country, each set of Guidelines is focused on the empathetic and supportive role of a peer support worker in fostering hope, empowerment, and recovery.

Guidelines for the PRACTICE of Peer Support outline the key elements of peer support, provides values and principles of practice to guide a peer support program, and specifies the related skills and abilities required by a peer support worker.

Guidelines for the TRAINING of Peer Support outline the skills and knowledge to be included in peer support worker training programs.

Peer support occurs in a variety of settings and situations. These Guidelines are primarily intended for those situations where peer support is provided within a structured peer support program and as a complement to traditional treatments.

To prospective and practicing peer support workers, we offer these Guidelines as a roadmap for personal and program development. We encourage administrators to consult the Guidelines as they develop or enhance peer support programs within their organizations.

To download the Guidelines or learn more about our work in the area of peer support, please visit www.mentalhealthcommission.ca/English/issues/peer-support

“Peer support works because people who have experience with mental health problems and illnesses can offer support, encouragement, and hope to each other when facing similar situations. Peer support can be offered wherever people need it—at peer-run organizations, workplaces, schools or health care settings.”

Changing Directions, Changing Lives: The Mental Health Strategy for Canada

CALGARY OFFICE
Suite 320, 110 Quarry Park Blvd SE
Calgary, AB T2C 3G3

Tel: 403-255-5808
Fax: 403-385-4044

www.mentalhealthcommission.ca

OTTAWA OFFICE
Suite 600, 100 Sparks Street
Ottawa, ON K1P 5B7

Tel: 613-683-3755
Fax: 613-798-2989



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada



Lignes directrices relatives à la pratique du soutien par les pairs et à la formation de pairs aidants

Le soutien par les pairs se manifeste quand une personne ayant un vécu expérientiel de la maladie mentale ou qui en a affronté les défis est en processus de rétablissement et vient en aide à une autre se trouvant dans une situation semblable. Cette expérience qu'elles ont en commun peut être associée à leur propre santé mentale ou, encore, à celle d'un proche.

La stratégie en matière de santé mentale pour le Canada, *Changer les orientations, changer des vies*, reconnaît que le soutien par les pairs apporte un soutien social aux personnes ayant une maladie mentale ou qui en affrontent les défis. Ce mode d'intervention contribue à améliorer la qualité de vie tout en atténuant l'impact de la maladie mentale causé, par exemple, par le séjour prolongé en milieu hospitalier. La publication de lignes directrices et des normes de pratique en matière de soutien par les pairs contribuera à promouvoir le soutien par les pairs à titre de composante essentielle d'un système de santé mentale transformé et à en faciliter l'accès.

La Commission de la santé mentale du Canada a récemment publié des lignes directrices relatives à la pratique du soutien par les pairs et à la formation de pairs aidants. Ces lignes directrices en deux volets, élaborées en collaboration avec des pairs aidants de partout au pays, décrivent le rôle de soutien empreint d'empathie des pairs aidants qui vise à susciter l'espoir et l'appropriation du pouvoir d'agir et à favoriser le rétablissement.

Les *Lignes directrices relatives au soutien par les pairs - volet pratique* décrivent les éléments clés du soutien par les pairs, les valeurs et les principes régissant ce mode d'intervention ainsi que la planification de programmes de soutien par les pairs. Elles précisent en outre les habiletés et compétences nécessaires à sa pratique.

Les *Lignes directrices relatives au soutien par les pairs - volet formation* décrivent les habiletés et compétences que doivent enseigner les programmes de formation du soutien par les pairs.

Le soutien par les pairs peut se manifester dans des situations et contextes de toutes sortes. Les lignes directrices visent essentiellement les situations où le soutien par les pairs est offert dans un cadre structuré et en complément des services habituels.

Ces lignes directrices sont destinées aux pairs aidants en poste ou en devenir à qui elles serviront à des fins de perfectionnement ou de formation. Nous invitons les gestionnaires à les consulter dans leur démarche de développement ou d'amélioration de programmes de soutien par les pairs dans leur milieu de travail.

Pour télécharger une copie des lignes directrices ou pour en apprendre davantage au sujet des réalisations de la Commission de la santé mentale en matière de soutien par les pairs, rendez-vous au www.mentalhealthcommission.ca/Francais/issues/peer-support

« Le soutien par les pairs fonctionne parce que les personnes ayant eu un trouble mental ou une maladie mentale peuvent apporter soutien, encouragement et espoir à d'autres personnes lorsque celles-ci doivent affronter des situations similaires. Le soutien par les pairs peut être dispensé partout où les personnes en ont besoin : dans des organismes gérés par les pairs, dans les milieux de travail, dans les écoles ou dans les établissements de soins de santé. »

Changer les orientations, changer des vies – Stratégie en matière de santé mentale pour le Canada

BUREAU DE CALGARY
110 Quarry Park Boul SE
Bureau 320
Calgary, AB T2C 3G3

Tél : 403-255-5808
Télé : 403-385-4044

www.commissionstantementale.ca

BUREAU D'OTTAWA
100, rue Sparks
Bureau 600
Ottawa, ON K1P 5B7

Tél : 613-683-3755
Télé : 613-798-2989



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada

