

# L'Étoile Bleue : responsabiliser et revaloriser les jeunes psychiatrisés vivant dans la communauté

## The " Étoile Bleue " : responsibility and self-actualization of young mentally ill living in the community

Alain Bergeron et Monique Bessette

Volume 11, numéro 2, novembre 1986

Politiques et modèles II (1) et La psychosomatique (2)

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/030349ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/030349ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

### Résumé de l'article

L'expérience du Café l'Étoile Bleue (Laval) vise à créer un lieu de passage alternatif où des jeunes psychiatrisé(e)s pourront développer les habiletés nécessaires pour briser le cadre d'interprétation négative qu'ils ont d'eux-mêmes, et réussir à se trouver une identité positive propre de même qu'une place dans la communauté. Pour ce faire, un milieu de travail à *stress dosé*, où les relations sont déprofessionnalisées et décloisonnées, parvient à susciter la participation des jeunes et leur désir de se prendre en charge.

### Éditeur(s)

Revue Santé mentale au Québec

### ISSN

0383-6320 (imprimé)

1708-3923 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

### Citer cet article

Bergeron, A. & Bessette, M. (1986). L'Étoile Bleue : responsabiliser et revaloriser les jeunes psychiatrisés vivant dans la communauté. *Santé mentale au Québec*, 11(2), 102–107. <https://doi.org/10.7202/030349ar>

## L'Étoile Bleue: responsabiliser et revaloriser les jeunes psychiatrisés vivant dans la communauté

Alain Bergeron et Monique Bessette\*

**L'expérience du Café l'Étoile Bleue (Laval) vise à créer un lieu de passage alternatif où des jeunes psychiatrisé(e)s pourront développer les habiletés nécessaires pour briser le cadre d'interprétation négative qu'ils ont d'eux-mêmes, et réussir à se trouver une identité positive propre de même qu'une place dans la communauté. Pour ce faire, un milieu de travail à *stress dosé*, où les relations sont déprofessionnalisées et décloisonnées, parvient à susciter la participation des jeunes et leur désir de se prendre en charge.**

Le Café l'Étoile Bleue est un projet destiné aux jeunes âgés de dix-huit à vingt-cinq ans, qui ont été hospitalisés pour psychose et qui résident sur le territoire desservi par les hôpitaux Cité de la Santé de Laval et Albert-Prévost. Mis sur pied en août 1984, il entreprend sa seconde année d'activité. Le Café, situé à Laval, est parrainé conjointement par la Maison des Jeunes de l'est de Laval et l'Association lavalloise des parents pour le Bien-être mental, et est subventionné par le C.R.S.S.S., et le programme québécois Jeunes Volontaires. Il regroupe aujourd'hui seize jeunes, — douze y participent depuis le début — et trois animateurs.

Un premier projet appelé «SALUT MON CHUM» et parrainé par l'Association des parents pour le Bien-être mental fut mis sur pied dans le contexte institutionnel que l'on connaît, c'est-à-dire un très fort taux de réadmissions en psychiatrie (80%), et une augmentation du coût des soins médicaux, la santé mentale occupant le premier rang avec près de 20% des dépenses publiques de santé. Nous constatons en outre l'absence de ressources en réinsertion sociale, à Laval, pour les jeunes sortant de l'hôpital psychiatrique. Cette lacune se faisait sentir durement, non seulement par les jeunes que nous voulions rejoindre, mais aussi par leurs familles.

Le projet s'adressait aux jeunes ex-psychiatrisé(e)s qui vivaient isolé(e)s dans leur famille ou en

foyer d'accueil. Trois animateurs avaient reçu le mandat «d'imiter un chum normal» dans le but de leur donner «le goût d'avoir le goût de se prendre en mains». Les limites d'un tel projet sont devenues évidentes lorsqu'on s'est aperçu que ce type de relation favorisait le modeling d'habiletés sociales difficilement généralisables car elles avaient cours dans une relation privilégiée artificielle. Quand ces jeunes replongeaient dans leur isolement, ils retrouvaient leur stress à l'approche d'autres individus, ce qui renforçait leur image négative ainsi que leur dépendance à tous les avatars du maternage. Face à cette réalité, les animateurs ont décidé qu'il serait plus pertinent de réunir certains de ces jeunes et de les insérer dans un projet commun, qui aurait la particularité de leur fournir un lieu d'apprentissage à une vie autonome et à ses exigences. La moitié (6) des participant(e)s qui ont adhéré à l'idée du café étaient des jeunes déjà rejoint(e)s par SALUT MON CHUM et qui désiraient que ce dernier projet aille plus loin. Les autres ont été approchés durant l'élaboration du projet Café l'Étoile Bleue. Nous leur offrons un lieu de rencontre et d'apprentissage au travail, ainsi qu'une augmentation de 150\$ de leurs prestations de Bien-être social en échange de leur emploi au café (projet Jeunes Volontaires).

Le Café fut d'abord un lieu où se retrouvaient des jeunes qui étaient au départ, grandement isolés et marginalisés. Nous souhaitons intervenir dans le circuit habituel, qui passe de l'hospitalisation à l'isolement et à la rechute, pour revenir à l'hôpital.

«Le Café permet de se sentir moins seul en connaissant d'autres personnes ayant vécu la même

\* Alain Bergeron est étudiant en psychologie à l'Université de Montréal. Il a mis sur pied et coordonne le Café l'Étoile Bleue. Il travaille également avec des jeunes toxicomanes et des jeunes prostitués. Monique Bessette est étudiante en psychologie clinique à l'Université de Montréal. Elle est animatrice au Café de l'Étoile Bleue.

chose. S'il n'y avait pas eu le Café, je serais encore probablement chez moi à écouter de la musique toute la journée.» (Bruce)

«J'ai vu un reportage à la télévision; ils disaient que c'est pas tellement bon de sortir les psychiatisés des hôpitaux, parce qu'ils s'isolent. Je suis d'accord avec ça. Il faut des choses pour eux, comme le Café.» (Gilles)

«Le Café m'a montré qu'il est encore possible après la psychiatrie de créer des liens solides, avec des personnes ex-psychiatisées ou pas.» (Bruce)

Cet isolement et cette marginalité, qui s'ajoutent aux difficultés émotionnelles déjà présentes, affectent encore davantage l'estime de soi.

Il nous apparaissait important de transformer la vision qu'ont d'elles-mêmes les personnes psychiatisées: abolir l'image négative, la peur, la honte, le manque de confiance en soi. Nous pensions que, dans un assez grand nombre de cas, les symptômes psychiatriques ne reviendraient pas de façon chronique, si l'on fournissait aux jeunes un milieu adapté, *un lieu transitoire qui leur permette d'acquérir des habiletés de communication et de travail et qui les amène à transformer leur interprétation d'eux-mêmes.*

En effet, le jeune qui subit une crise d'identité intense nécessitant l'hospitalisation, voit sa souffrance nommée et expliquée: il est malade et a besoin de médicaments. Ces derniers diminuent effectivement son angoisse, rétablissent sa cohérence, mais le cadre hospitalier renforce aussi sa dépendance et sa marginalisation.

Une fois la crise psychotique circonscrite et les symptômes calmés par une médication ayant souvent comme effets secondaires de démotiver et marginaliser davantage, le jeune est retourné à sa famille ou à une famille d'accueil, et rares sont ceux qui par la suite deviennent assez autonomes pour quitter la famille et se réinsérer sur le marché du travail.

Est-il possible de renverser ce processus? Quand le jeune n'a plus besoin du lieu de traitement intensif qu'offre l'hôpital mais qu'il n'est pas prêt à faire face aux exigences d'un milieu de travail régulier, peut-on lui faire développer des moyens autonomes de résoudre son problème, notamment par des habiletés de communication et de travail préalables à une réinsertion sociale complète? *Nous*

*avons choisi de travailler à «dépsychiatriser» les symptômes, en les considérant comme traduisant un manque d'habileté à négocier ses besoins et sa différence dans un environnement qui ne les favorise pas. Ceci dit, précisons qu'il ne s'agissait pas pour nous de débattre des diverses théories de la schizophrénie, ni d'entrer en conflit avec les établissements existants, mais bien plutôt d'offrir une solution complémentaire ou alternative à la psychiatrie actuelle.*

«Le Café m'a prouvé que c'est faux qu'en sortant de psychiatrie t'as plus de place dans la société et une étiquette pour la vie.» (Bruce)

Nous avons donc opté pour un café plutôt que pour un atelier de production, par exemple, parce que le café permet une grande *diversité de contacts*: entre les jeunes, avec les animateurs, et, surtout, avec la population normale. Quand les ex-psychiatisés se fréquentent uniquement entre eux, comme c'est le cas dans les institutions et les associations à caractère sportif ou culturel qui les regroupent, ils n'ont pas beaucoup de possibilités de développer des moyens de s'en sortir, ni de vérifier s'ils deviennent capables d'affronter l'environnement avec succès, au delà des préjugés et des peurs. La formule du Café nous paraissait offrir de meilleures possibilités de normalisation, ainsi que le moyen *d'éviter qu'une relation de dépendance ne se maintienne entre les participants et les animateurs*. De plus, le Café pouvait représenter un milieu de travail passablement réaliste, où le *stress pouvait être dosé* de manière à ce que les jeunes supportent sans faillir l'angoisse liée à l'apprentissage de nouveaux rôles. Un milieu, donc, adapté au rythme et à la problématique des participants.

«Ici c'est moins pire par rapport à l'hôpital, t'es pas dans une cage, mais je vois ça quand même comme de la psychiatrie. Il faudrait que ce soit comme un travail pour moi; revenir chez nous et être content. Le Café est un lieu d'apprentissage.» (Alain)

«J'ai plus aimé le Café que l'hôpital et le Centre de Jour, parce que le Café c'est la réinsertion dans la vie sociale normale, c'est super. Au début je «rushais» pas mal, j'avais le goût de dormir, j'avais pas tellement le goût de travailler au Café.» (Jacques)

L'idée directrice du projet était de favoriser, chez les participants, une démarche vers l'autonomie,

dans un projet qui leur appartienne et qui permette aux animateurs de *doser le stress vécu* par ces jeunes, de façon à leur faciliter le développement d'habiletés nécessaires pour le maîtriser dans des situations concrètes.

Luc, un des premiers participants, avait été mandaté, en réunion, pour être le signataire des chèques de paie, avec un des animateurs. Durant le mois précédent, Luc dormait bien, fonctionnait bien et se réfugiait moins souvent dans ses rêves diurnes. La nuit qui suivit son nouveau mandat, il ne dormit pas et se rendit, au lever, se faire donner une nouvelle coupe de cheveux. Il changea complètement sa tenue vestimentaire: chemise blanche et pantalon propre à la place de ses jeans et de sa veste en jeans. Puis il vint nous dire qu'il devait absolument écrire une lettre à tous les participants pour leur expliquer ce qu'il entendait faire du Café et leur demander leur avis.

Nous avons alors essayé de réévaluer avec Luc *la portée réelle du mandat* qu'il avait reçu, soit de signer les chèques une fois tous les quinze jours. Luc a donné l'impression qu'il pouvait comprendre la situation et intégrer cette nouvelle responsabilité. Pourtant, cette nuit-là il ne dormit pas encore, et le lendemain il se réfugia de nouveau dans ses idées illusoire. Cette situation se prolongea deux autres jours, jusqu'au rendez-vous avec son psychiatre, qui augmenta sa médication. Ce fut là une première leçon, qui nous montra la nécessité de bien doser le stress que devaient affronter les participants. Au Café, nous effectuons ce dosage maintenant en veillant à bien répartir les tâches et à les «déstresser» par un accompagnement quotidien. De plus, les participants reçoivent un entraînement hebdomadaire en exercices de relaxation et de maîtrise du stress. La base de notre travail est donc de leur permettre d'accomplir des tâches gratifiantes et nécessaires, afin qu'ils se rendent compte de ce qu'ils peuvent apporter aux autres et qu'ils se reconnaissent une valeur humaine. Ces nouvelles acquisitions, longues à réaliser, finissent par contredire la vision globale qu'ils ont d'eux-mêmes et qui est généralement reliée à un ensemble de préjugés tenaces.

On a tendance à croire, en effet, que les ex-psychiatrisé(e)s ne peuvent plus rien apporter, qu'ils sont chroniques et que leurs chances d'autonomie

sont minces (ex.: appartements supervisés, centre de jour, groupes ghetto). Mais, par l'expérience du Café, nous établissons avec les jeunes participants un nouveau programme qui est enregistré au niveau psychique et qui leur permet de comprendre ce qu'ils vivent (ou ont vécu) sans avoir à passer par «le programme psychiatrique», et c'est ainsi que se recompose une image de soi positive et revalorisante. Les comportements des jeunes au Café se réorientent en fonction d'un nouveau cadre de référence, qui englobe la gestion du temps, la créativité, les initiatives.

Mais la période transitoire de *chevauchement du cadre ancien* («je suis un ex-psychiatrisé») et du nouveau («je réalise des choses autonomes et je vis des choses que les gens qui se disent normaux vivent») est un moment d'intense questionnement et quelquefois de confusion, où l'on peut assister à une réapparition des symptômes. Là encore, l'accompagnement, la réinterprétation avec quelqu'un d'autre et la relaxation permettent de prendre en main la situation. Pour l'accompagnement, nous constituons une équipe de quatre animateurs travaillant avec seize jeunes; en outre, des bénévoles et des professionnels sont engagés à divers titres dans le fonctionnement du Café (cours de relaxation, de peinture, spectacles); il y a aussi de nombreux amis qui nous soutiennent dans notre démarche.

«Quand je fais une psychose, une des raisons c'est que mon corps veut quelque chose, ou subit trop de stress, ou je ne sais trop quoi qu'il me reste à découvrir. Alors justement j'essaie de découvrir ces causes, et j'essaie de ne pas m'enfuir que dans ma tête (...) ressentir mes besoins, les choix que j'ai à faire, c'est bien plus agréable qu'une psychose angoissante (...). Mais dans les périodes où le stress m'envahit et que je perds mon calme, je crois que le mieux est de communiquer avec quelqu'un.» (Gilles)

L'expérience de la gestion commune des responsabilités, reliée au fait de travailler à quelque chose qui est à soi, le fait aussi de savoir que d'autres comptent sur soi et que certaines aptitudes sont reconnues: tout cela pouvait, selon nous, leur donner le goût de se prendre en main. Dans cet esprit, nous avons comme but que le Café devienne progressivement autogéré par les participants, et qu'éventuellement ils l'utilisent comme ressource dans la réalisation de projets personnels.

Le Café devait devenir un *milieu de vie* qui suscite la participation de la personne, en lui donnant un nouveau sens de sa valeur et de ses responsabilités.

Les activités débutèrent par la recherche d'un local, lequel fut ensuite équipé et décoré. Lorsque le Café ouvrit ses portes, les tâches s'organisèrent autour de la préparation de plats simples et du service aux tables, pour s'étendre ensuite à la publicité, puis à la présentation de spectacles de musique et d'improvisation théâtrale produits par des groupes locaux. La première habitude de travail acquise fut certainement l'adaptation à un horaire qui n'est pas celui des psychiatrisés (dormir beaucoup, ne voir presque personne et ne sortir que pour se rendre aux consultations...). Les soins corporels, également, s'améliorèrent de façon marquée. Progressivement, quelques participants se mirent à assumer eux-mêmes certaines des tâches qui sont régulièrement planifiées en réunion générale. Quatre participants formèrent le «Comité Gestion», qui devint responsable de la comptabilité, de la publicité et des activités socio-culturelles. Quatre équipes de travail furent mises sur pied, ayant chacune un responsable, avec comme objectif de déléguer progressivement la supervision du travail aux participants eux-mêmes. Tout en recevant de l'aide pour structurer leurs activités, certains participants ont commencé à prendre en main et à transformer ce qui avait été mis en place par les animateurs.

Nous avons observé que l'adaptation et le changement deviennent possibles lorsqu'on permet au jeune de prendre des responsabilités à son rythme, d'investir une activité ou une relation. S'il est encouragé en cela, il se construit alors une réalité significative avec les autres. Certains qui sont là depuis un an commencent à peine à vouloir s'impliquer, alors que d'autres ont rapidement poursuivi leurs propres initiatives, même modestes.

Il règne au Café une atmosphère qui reflète l'importance que le groupe accorde aux contacts interpersonnels. Le fossé entre deux êtres peut être comblé lorsqu'on prend le temps de se connaître et d'échanger sur les expériences qu'on vit, sur sa façon de les percevoir et sur ses points de ressemblance et de divergence. Au Café, les structures et les règles sont clairement établies: règles de travail, respect de l'horaire et de la tâche à accomplir, participation aux assemblées pour les prises de déci-

sion. Il y a aussi des règles de vie et de conduite avec les autres: tenue vestimentaire et corporelle acceptable, interdiction d'agressivité physique sur soi et sur les autres, franchise, etc. Malgré ces règles, il y a toujours place pour la spontanéité dans les échanges, et les occasions de faire la fête sont toujours accueillies avec joie, car ces activités sont aussi des expériences «contrôlées», c'est-à-dire à partir desquelles on peut observer, échanger et apprendre.

«Je me remets en question tout le temps depuis le Café. C'est assez douloureux... mais ça doit être positif...» (Alain)

«Je peux me confier à tous, aux animateurs, sans avoir peur que l'autre prenne une distance.» (Bruce)

«J'ai l'impression qu'on peut s'aimer si on se parle et on se comprend.» (Gilles)

Les animateurs et les participants ont sans doute établi des relations chaleureuses, et même souvent empreintes d'amitié.

«Les animateurs... des gens qui se soucient de nous, même si nous ne nous soucions pas de nous-mêmes des fois... Des gens qui comprennent et veulent nous aider, ça m'a beaucoup marqué. Je l'ai senti seulement au Café, pas à l'hôpital ni au Centre de Jour, parce qu'au Café c'est des jeunes, pas des «vestons-cravates», parce qu'ils ne sont pas beaucoup payés (sic), parce qu'ils prennent de leur temps: c'est plus chaleureux!» (Bruce)

«Une chose très formidable: les animateurs et les ex-psychiatrisés vivent ensemble plusieurs heures. Ça fait une conversation plus intéressante, moins superficielle, plus sur les émotions.» (Gilles)

Pour en arriver là, les jeunes ont cependant besoin d'un *accompagnement* assez suivi. Il ne suffit pas de leur proposer des activités ou de susciter des initiatives, encore faut-il *désamorcer l'anxiété* qui ne manque pas de se manifester à l'idée d'une action concrète et soutenue, et les aider en même temps à structurer cette action.

Il arrive aujourd'hui que quelques-uns proposent d'eux-mêmes des projets, par exemple faire du bénévolat auprès de personnes âgées ou handicapées, ou encore mettre sur pied un comptoir de livres et disques usagés. Les animateurs structurent alors un plan d'action avec les participants, en proposant des

étapes réalistes pour atteindre ces buts (par exemple aller visiter des comptoirs de livres usagés pour s'informer de leur fonctionnement), ou en mettant les participants en contact avec des personnes ressources (par exemple, le responsable du bénévolat au C.L.S.C. de notre région). Les animateurs tendent maintenant à être perçus et utilisés comme des personnes ressources plutôt que comme des autorités. Du moins, certains participants savent davantage ce qu'ils veulent et à quel besoin cela correspond.

La confiance en soi augmente avec la réalisation des tâches quotidiennes et les divers contacts interpersonnels. Prendre le Café en main, c'est se prendre en main, c'est avoir le goût de se lever, de se laver, de s'habiller, de respecter un horaire, etc.

«Je veux que l'endroit où je travaille fonctionne bien. Ça me tient à cœur. C'est pour ça que je gueule quand la vaisselle est pas faite.» (Richard)  
 «J'affronte plus les gens. Je suis un peu gêné avec les filles, mais c'est normal je pense. J'ai fait de gros progrès par rapport à mon angoisse et mes idées paranoïaques. C'est plus grâce au Café, parce qu'on affronte le monde. Au début je souhaitais qu'il n'y ait pas de clients. Je me demandais: ça vas-tu être correct? Après je voulais plus de clients, je trouvais que je travaillais pas assez.» (Jacques)

Nous avons constaté chez les participants plusieurs signes d'une autonomie accrue. Sur les douze participants que nous avons il y a un an et qui habitaient tous chez leurs parents, huit ont maintenant leur propre logement. Le nombre des participants qui prennent des médicaments (antipsychotiques et antiparkinsonniens) est passé de dix à cinq depuis le début du projet. Enfin, seulement deux participants ont été hospitalisés au cours de l'année. Précisons que nous ne faisons pas de pression sur les participants pour qu'ils cessent leurs traitements ou quittent le foyer familial. Une de nos participantes a joint les rangs de Katimavik; elle travaille actuellement dans un centre de jour en Ontario, avec des enfants. Un autre collabore régulièrement à une radio communautaire. Enfin, un troisième a trouvé un emploi régulier au cours de l'année.

Il est certain que le Café n'a jamais été ce qu'on pourrait appeler une «réussite commerciale», la clientèle étant toujours restée peu nombreuse. Si

cela ne nous a pas empêchés jusqu'à présent d'organiser le travail à la pleine mesure de ce que les participants étaient prêts à apprendre et à assumer, il demeure toutefois essentiel, pour atteindre nos objectifs de contacts avec le public et de réalisme de l'expérience de travail, que le projet continue de progresser. Nous avons d'ailleurs observé, au cours de l'année, à mesure que le Café devenait «plus vrai», que le dynamisme et la motivation de plusieurs s'éveillaient.

Même si nous bénéficions de l'appui de plusieurs organismes sensibles aux besoins des ex-psychiatrisés, notre intégration dans la communauté élargie ne semble pas facile. Récemment, nous avons dû déménager de nos locaux à la suite d'un conflit avec le café-terrasse voisin, dont le patron n'appréciait pas le type de clientèle que nous attirions avec nos spectacles.

Un autre problème, typique des organisations communautaires et que nous rencontrons aussi, est bien sûr celui des subventions. Les sursis de quelques mois seulement, le prochain n'étant jamais assuré, créent un climat d'insécurité tant pour les animateurs que pour les participants, et peut-être surtout pour ces derniers, en raison de leur problématique particulière. En effet, il est plus difficile de construire une relation solide quand on ne sait pas si l'autre restera. Sans parler du surcroît de travail qu'occasionne cette «chasse aux subventions»!

Mentionnons, en terminant, les activités qui sont prévues dans un avenir rapproché. Une campagne de sensibilisation de la population, dans le but de démystifier la maladie mentale, sera amorcée par un projet de vidéo-conférence destiné aux cours de psychologie des cegeps. Les étudiants et les professeurs seront invités à venir visionner le vidéo au Café, et à discuter ensuite avec les participants. Nous comptons également déployer une stratégie de sensibilisation des employeurs et de placement en emploi régulier, maintenant qu'un certain nombre de participants se sentent prêts et désirent réintégrer le marché du travail.

Le Café est de plus en plus connu des professionnels en santé mentale, psychiatres, psychologues et travailleurs sociaux rattachés aux hôpitaux de notre région, qui utilisent déjà notre ressource en nous adressant des jeunes. Au cours de cette deuxième année, nous travaillerons à consolider la concertation entreprise avec des organismes-jeunesse du mi-

lieu, organismes oeuvrant à la prévention en santé mentale. Dernièrement, le Café s'est incorporé comme organisme sans but lucratif, sous le nom de «Groupe de réinsertion l'Étoile Bleue», afin de parer d'autres projets. Nous collaborons déjà avec le C.L.S.C. des Mille-Iles dans un projet de travail de rue auprès des adolescents, en prévention de la toxicomanie. Récemment, le Café s'associait à la Maison des Jeunes de l'Est de Laval, à l'école Le Virage et au C.L.S.C. des Milles-Iles, dans le projet Arcade; il s'agit d'un projet de prévention de la toxicomanie et de rattrapage scolaire. Enfin, un des animateurs a collaboré à une recherche sur la communication familiale et la toxicomanie comme symptôme psychiatrique, recherche menée par le Réseau scolaire Chomedey de Laval en vue d'un plan d'intervention préventive.

#### RÉFÉRENCES

- ANTOINE, J.M., 1985, Structures alternatives, structures intermédiaires et après, *Transitions*, 19, 7-10.
- ANTOINE, J.M., 1983, Innovations sociales, *Annuaire A.S.E.P.S.I.*
- AS.E.P.S.I., 1982, *Les structures intermédiaires — culture au quotidien*, Centre de création industrielle Georges Pompidou, Paris.
- AXELROD, R., HAMILTON, W.D., 1981, The evolution of cooperation, *Science*, 211, 1390-1396.
- BALLÉ, J.B., 1981, Insertion ou réinsertion professionnelle, *Transitions*, 5, 137-146.
- BALLÉ, J.B., GOULETTE, M., 1984, Réinsertion professionnelle d'ex-psychiatrisés en milieu de travail, in Bergeron, D., Cantin, L., eds, *Les Alternatives en Santé mentale*, Québec-Amérique, Québec, 149-166.
- BATESON, G., HALEY, J., JACKSON, D.D., WEAKLAND, J., 1956, Toward a theory of schizophrenia, *Behavioral Science*, 1, No. 4, 251-264.
- BEAUSOLEIL, L.P., GOUIN, M., 1983, Réflexion critique et prospective sur la santé mentale au Québec, *Transitions*, 16, 23-86.
- BERGE, J., FISEK, M., NORMAND, R., ZELDITCH, M., 1977, *Status Characteristics and Social Interaction: An Expectations-State Approach*, Elsevier, N.Y.
- BOUDREAU, F., 1984, *De l'asile à la santé mentale*, Éditions St-Martin, Montréal.
- DE SHAZER, S., 1975, The confusion technique, *Family Therapy*, 2, No. 1, 23-30.
- DE SHAZER, S., 1979, Brief therapy with families, *American Journal of Family Therapy*, 7, 83-95.
- DE SHAZER, S., BERG, I., 1984, A part is not apart: Working with only one of the partners present, in Gurman, A., ed., *Casebook of marital therapy*, New York, Guilford.
- DE SHAZER, S., LIPCHIK, E., 1984, Frames and reframing, in Coopersmith, E., ed., *Treatment of Families with a Handicapped Member*, Rockville, Aspen.
- ERICKSON, M.H., 1964, The confusion technique in hypnosis, *American Journal of Clinical Hypnosis*, 1, No. 6, 183-207.
- FISCH, R., WEAKLAND, J., SEGAL, L., 1983, *The Tactics of Change: Doing Therapy Briefly*, Jossey-Bass, San Francisco.
- GORDON, D., MEYERS-ANDERSON, M., 1981, *Phoenix: Therapeutic Patterns of Milton H. Erickson*, Meta, Cupertino.
- Institut national de formation et de recherche en éducation permanente, 1984, *Jeunes assistés ou entrepreneurs*, Culture au quotidien, Centre de création industrielle Georges-Pompidou, Paris.
- LANGLOIS, R., 1981, Coupe-Circuit, *Santé mentale au Québec*, VI, no 2, 119-125.
- LETENDRE, R., PANACCIO, M., 1985, Les professionnels et les ressources alternatives en santé mentale au Québec, *Transitions*, 19, 140-151.
- MAFFRE, J., ANTOINE, J.M., 1982, Ni leçon, ni recette!, *Transitions*, 5, 152-8.
- MEAD, G.H., 1934, *Mind, Self and Society*, University of Chicago, Press, Chicago.
- REVERZY, J.F., 1980, Les structures intermédiaires, *Transitions*, 3.
- ROCHE, F., 1985, Les structures intermédiaires d'insertion par l'économique dans le secteur social, *Transitions*, 19, 161-7.
- SIGALA, C., 1983, *Multiplicités ou des lieux de vie par milliers*, Éditions Vrac, Paris.
- REVERZY, J.F., 1980, Les structures intermédiaires, *Transitions*, 3.
- VERRY, M.V., 1983, Les restaurants de Messidor Lyon, *Folie et environnement*, Culture au quotidien, Centre de création industrielle Georges-Pompidou, Paris.
- VON GLASERSFELD, E., 1984, *Steps in the Construction of «Others» and «Reality»*, A Study in Self-Regulation, Paper delivered at the 7th European Meeting on Cybernetics and Systems Research, Vienna.
- WALTZLAWICK, P., WEAKLAND, J., FISH, R., 1974, *Change: Principles of Problem Formation and Problem Resolution*, Norton, N.Y.
- WEAKLAND, J., 1983, «Family therapy» with individuals, *Journal of Strategic and Systemic Therapies*, 2, No. 4, 1-9.
- WEBSTER, M., SOBIESZEK, B., 1974, *Sources of Self-Evaluation: A Formal Theory of Significant Others and Social Influence*, Wiley, New York.

#### SUMMARY

The experience of the Café l'Étoile Bleue (Laval) illustrates an attempt to create an alternative gateway where young psychiatric patients can develop the necessary skills to break through the negative view they have of themselves, thus achieving a positive identity as well as a position in the community. To do this, a working environment of controlled stress is provided where the interactions are not compartmentalised and limited to professionals. This succeeds in gaining the participation of the young people and prompts their desire to become responsible for their own lives.