

Aperçu de la recherche

Le bien-être des Inuits : une meilleure compréhension des principes qui guident les actions et un aperçu des pratiques



Sur quoi porte cette recherche?

Cette étude participative, élaborée par des partenaires inuits, visait à mieux comprendre les conceptions inuites du bien-être, à documenter les pratiques liées au bien-être au sein des communautés et de comprendre comment ces pratiques influencent le bien-être.

Qu'ont fait les chercheur·es?

Cette étude a été menée dans la région du Nunavik. L'équipe a réalisé 14 entretiens individuels et 2 entretiens de groupe (de 2 ou 3 participant·es) avec un total de 19 participant·es âgé·es entre 20 et 65 ans. Trois des entretiens individuels ont été réalisés avec des travailleur·ses non inuits identifié·es par les Inuits comme des allié·es qui soutiennent les membres de la communauté dans leurs pratiques de bien-être. Tous les autres entretiens ont été effectués en anglais et en inuktitut avec des membres de la communauté inuite. Neuf entretiens individuels et les deux entretiens de groupe ont été menés conjointement par un assistant de recherche inuit et un assistant de recherche non inuit. Cinq entretiens individuels ont été menés par un chercheur non inuit. Les participant·es ont été invité·es à parler de leur expérience en matière de mobilisation communautaire, et à explorer les défis auxquels ils et elles ont été confrontés et les soutiens qu'ils et elles ont reçus. Une conférence donnée par une des Aîné·es ayant orienté l'équipe de recherche (Louisa Cookie, membre de la communauté et troisième auteure) a aussi fait partie des données.

Qu'ont découvert les chercheur·es?

L'étude a révélé que la colonisation et le colonialisme actuel ont eu un impact sur le bien-être individuel et collectif. Il s'agit d'une réalité sous-jacente qui imprègne tous les principes et pratiques du bien-être parmi les Inuits. Selon les participant·es, le bien-être comprend au minimum les éléments suivants :

- Un sentiment d'appartenance et de connexion avec les gens, la terre et la culture ;
- Le sentiment d'avoir un rôle, une valeur et un sens au sein des familles et des communautés ;
- Un sentiment d'identité individuelle et culturelle (se sentir Inuk) ;
- La possibilité de recevoir et de transmettre des connaissances ;
- La capacité de contribuer à son propre bien-être et à celui des autres ;
- La capacité de penser positivement et d'aller de l'avant malgré les défis et les traumatismes ;
- La capacité d'exprimer ses sentiments de manière saine ;
- L'estime de soi et la confiance en soi et dans les autres ;
- Des relations solides.

Les principes des pratiques inuites de bien-être se caractérisent par une volonté d'autodétermination, une approche fondée sur les forces des individus et de la collectivité, et un accent mis sur l'interconnexion entre les familles, la communauté et le territoire.

Les pratiques sont ancrées dans les valeurs et savoirs traditionnels, le mentorat offert par les Aîné·es, des pratiques de guérison et de soutien de groupe, des activités communautaires et finalement, la prévention par la promotion et l'éducation à la santé et au bien-être.

Comment pouvez-vous utiliser cette recherche?

Cette recherche offre des éléments d'autoréflexion pour les travailleur·ses non-Inuits, notamment à contempler les conséquences plus larges de leurs interventions (en particulier les services axés sur la protection de la jeunesse) sur les familles, les communautés, la culture et l'avenir des enfants pour lesquels ils et elles travaillent.

Cette recherche sert également à informer les allochtones des modes de vie et des pratiques inuits - de manière imparfaite, comme le soulignent les auteur·es - jusqu'à ce que les allochtones en viennent à entendre et à apprendre des Inuits par le biais d'autres modes de partage et d'apprentissage.

À propos des chercheur·es

Marie-Hélène Gagnon Dion est doctorante à l'École de travail social de l'Université de Montréal.

Sarah Fraser est professeure à l'École de psychoéducation de l'Université de Montréal et membre du comité scientifique du CRI-JaDE.

Louisa Cookie-Brown est une Aînée de la communauté de Kuujjuaraapik.

Mots-clefs

décolonisation; pratiques liées à la santé; Inuit; autodétermination; bien-être

Citation

Gagnon Dion, M.-H., Fraser, S. L., & Cookie-Brown, L. (2021). Inuit Wellness: A better understanding of the principles that guide actions and an overview of practices. *Transcultural Psychiatry*. <https://doi.org/10.1177/13634615211056830>