

Introduction générale

Mon mémoire porte sur une recherche menée par le Centre de Référence en Santé Mentale de Namur (CRéSaM). A la fois quantitative et qualitative, autrement dit mixte, cette recherche a pour thème les ressources en santé mentale, c'est-à-dire celles mobilisées par les personnes lorsqu'elles sont confrontées à une difficulté psychologique.

Deux publics ont été distingués : les adolescents (12 à 17 ans) et les adultes (18 ans et plus). Pour ma part, j'ai travaillé sur le public adulte.

C'est suite au cours de « Recherche et Action Sociales¹ » dispensé en première année que j'ai eu envie de m'orienter vers la recherche dans le cadre de mon stage et de mon mémoire. J'en avais en quelques sortes fait mon projet de formation.

Je me suis renseignée quant au projet de recherche du CRéSaM dont j'avais vaguement entendu parler. Cette institution œuvre entre autres dans le domaine de la recherche. Elle couvre le territoire wallon et est reconnue et agréée par la Région wallonne.

A la base, il s'agissait d'approfondir tout particulièrement la ressource Internet. Etant diplômée en communication, la question des ressources, m'a interpellée, étant notamment sensible à celle des nouvelles technologies de l'information et de la communication. De plus, j'ai vite compris que le CRéSaM représentait une superbe opportunité en termes d'apprentissage de la recherche, et que cela allait me permettre de mettre en pratique différentes choses que j'avais apprises en cours, et ainsi les concrétiser. Il s'agissait également d'un défi pour moi, n'ayant pas de connaissances spécifiques en santé mentale.

La question de départ de la recherche est la suivante : « Quelles sont les ressources mobilisées en cas de difficulté psychologique ? », avec un focus spécifique sur l'utilisation d'Internet en tant que ressource en santé mentale, un aspect que le CRéSaM souhaitait mettre en avant.

Au départ, nous avons émis l'hypothèse que la ressource Internet est de plus en plus sollicitée par les individus en souffrance psychologique, alors que l'offre de soins proposée par les professionnels semble perdre du terrain. Dans le cadre la recherche, nous avons décidé de réaliser des focus group, lors desquels Internet n'est pas apparu comme étant une ressource centrale.

La question de départ est bien restée la même, et Internet est devenu un sujet à creuser dans une certaine mesure, sans en faire une seconde question centrale.

¹ DISCRY, Anne. « Méthodologie de l'enquête quantitative et qualitative. Illustration par deux recherches : le sentiment de sécurité chez les seniors et le vécu du chômage ». Cours de Recherche et Action Sociales, 2013-2014. 275p.

Dans un premier temps, je présente l'analyse organisationnelle du CRéSaM. Dans un deuxième temps, j'expose le cadre théorique de mon mémoire. Dans un troisième temps, je développe la méthodologie utilisée tout au long de mon travail de recherche. Dans un quatrième temps, je présente et analyse les données recueillies lors des focus group et entretiens. Dans un cinquième temps, je discute ces résultats et évalue le travail réalisé ainsi que ses limites. Dans un sixième temps, je réalise une analyse réflexive quant aux conditions dans lesquelles la recherche a jusque là été menée, n'étant pas terminée.