

# Pour vivre ensemble

Les cahiers du thème fédérateur de recherche  
Vivre ensemble : cultures, pluralité, gouvernance  
et équité

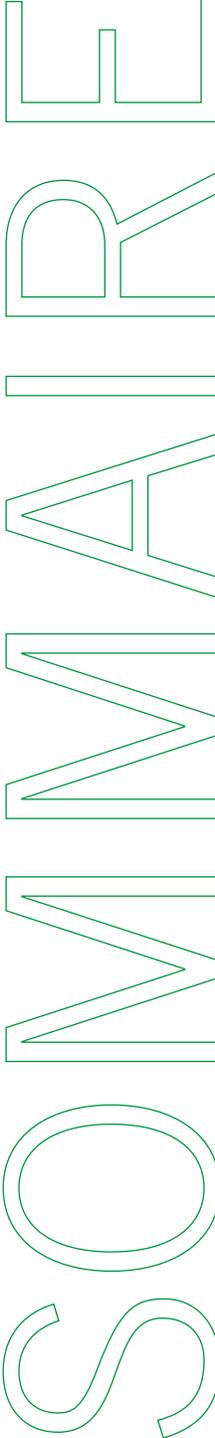
**VIVRE ENSEMBLE EN PANDÉMIE**



Une réalisation de l'équipe du thème fédérateur de recherche Vivre ensemble : cultures, pluralité, gouvernance et équité de l'Université de Sherbrooke

**UDS**

Université de  
Sherbrooke

- 
- 
- 3** Penser et promouvoir le vivre ensemble
  - 4** Enseigner la musique en temps de pandémie
  - 6** Politique et religion : les leçons de la pandémie
  - 8** Le « droit de la gouvernance » pour réduire les inégalités sociales pendant la pandémie?
  - 10** Éducation, ouverture, conflictualité : l'avenir du vivre ensemble - Entrevue avec Audrey Gagnon
  - 12** Santé mentale : « Vous avez tous un rôle à jouer » - Entrevue avec Mélissa Généreux
  - 15** Attentes sociales et satisfaction de vie en temps de pandémie - Entrevue avec Marjorie Désormaux-Moreau

# Penser et promouvoir le vivre ensemble

Le thème fédérateur **Vivre ensemble : cultures, pluralité, gouvernance et équité de l'Université de Sherbrooke lance ses Cahiers du vivre ensemble.**

Parfois mal-aimé, souvent mal compris, le « vivre ensemble » est un concept omniprésent et pourtant encore peu défini (Bouchard, Haeck, Plante, 2021). Il ne se réduit pourtant pas à une vague injonction morale ou à un lieu commun de la communication politique. Il est le nom d'une urgence sociale et d'un impératif humain, recouvrant de nombreux enjeux d'une pertinence et d'une actualité brûlantes, révélés et explorés par les sciences humaines et sociales.

Au XXI<sup>e</sup> siècle, qu'est-ce que *vivre* ? Est-ce seulement subsister au présent, ou plus encore se maintenir à travers le temps et les générations ? Dans quelles conditions, quels espaces, à quel prix, face à quel avenir, quels périls et quelles aspirations ? Qu'est-ce que vivre ensemble ? Cohabiter, coexister en tant qu'individus ou collaborer au sein d'un collectif ?

Cette revue se donne pour projet de faire (re)connaître l'actualité de la recherche sur le thème du vivre ensemble en présentant des contributions originales issues de la communauté de l'Université de Sherbrooke.

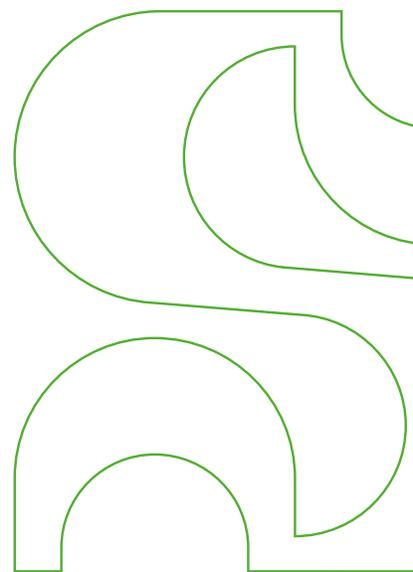
## SON PROJET :

- **Créer un recueil accessible pour diffuser, valoriser, vulgariser la recherche** universitaire en lien avec la thématique du vivre ensemble;
- **Ouvrir un espace d'expression écrite inclusif pour la communauté universitaire**, des professeures et professeurs aux étudiantes et étudiants;
- **Offrir un support pour présenter et rendre compte des activités** du thème fédérateur Vivre ensemble : culture, pluralité, gouvernance et équité;
- **Proposer une plateforme active de promotion du vivre ensemble**, non seulement ses valeurs, mais aussi ses connaissances et ses pratiques, pour contribuer à la formulation de pistes d'application concrète de la recherche à des enjeux de société actuels.

La revue est ouverte à plusieurs types de contributions (présentation, vulgarisation de travaux, pistes, applications concrètes, retours d'expérience, témoignages, entrevues...), qu'elles soient académiques, artistiques ou d'opinion.

Ce premier dossier thématique « **Vivre ensemble en pandémie** » vous propose d'explorer les effets de la pandémie, mis en lumière au travers de thèmes aussi variés que la santé publique, les inégalités sociales, l'éducation, l'enseignement de la musique, ou encore les liens entre politique et religion. De multiples approches, disciplines, méthodes et objets d'étude pour mieux comprendre les êtres humains et les sociétés au cœur de cette période singulière, pour en saisir mieux les enjeux, et pour mieux vivre ensemble.

Bonne lecture !



L'équipe d'animation du thème fédérateur

Pr Julie-Christine Cotton (FMSS, Psychoéducation)

Pr Jean-Pierre le Glaunec (FLSH, Histoire)

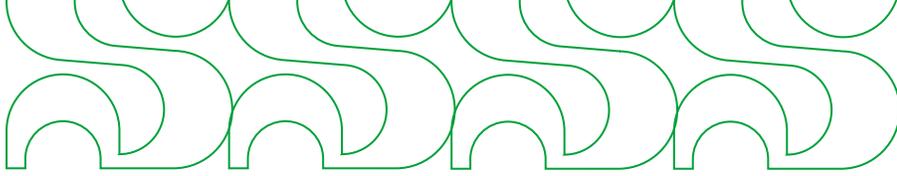
Pr Stéphane Bernatchez (Faculté de droit)

Julien A. Bazile, Ph. D. (FLSH, Histoire)

Pour contacter la coordination du thème fédérateur : [vivre-ensemble@usherbrooke.ca](mailto:vivre-ensemble@usherbrooke.ca)

Pour en savoir plus sur le thème fédérateur, ses acteurs et ses missions :

<https://www.usherbrooke.ca/recherche/udes/themes-federateurs/vivre-ensemble>



# Enseigner la musique en temps de pandémie

La pandémie aura certainement modifié bien des façons de faire qui semblaient acquises et immuables. Alors que plusieurs cours sur le campus se sont déroulés à distance, l'École de musique s'est démarquée par un enseignement hybride, qui priorisait le présentiel. Ce texte donne un aperçu de l'expérience de l'École de musique en soulignant la créativité de l'équipe enseignante et des personnes étudiantes qui ont permis le maintien des activités pédagogiques.

## UNE FORMATION PROFESSIONNALISANTE EN MUSIQUE

---

Par [André Cayer](#), professeur titulaire de l'École de musique de l'Université de Sherbrooke

[Ariane Couture](#), professeure adjointe de l'École de musique de l'Université de Sherbrooke

[Jean-François Desrosby](#), professeur adjoint de l'École de musique de l'Université de Sherbrooke

[Thierry Pilote](#), chargé de cours à forfait à l'École de musique de l'Université de Sherbrooke

Tout d'abord, notons que l'École de musique a revu son approche pédagogique en 2018 afin d'offrir des cheminements orientés vers la pratique et la réalité du milieu musical. Cette nouvelle orientation concorde avec l'esprit d'initiative et l'autonomie qui distingue l'écosystème musical québécois. La Société de gestion collective des droits des producteurs de phonogrammes et de vidéogrammes (SOPROQ) indique d'ailleurs que 80 % de ses membres agissent à titre d'autoprodacteur de leurs projets. Aujourd'hui, l'acte de création,

la polyvalence et l'organisation du travail sur une base contractuelle plus ou moins éphémère sont inhérents à la profession musicienne, ce qui justifie l'importance que les institutions d'enseignement universitaire modernes doivent y accorder. C'est donc en cohérence avec la réalité du travail en musique que nous formons une relève également compétente en entrepreneuriat et en production musicale. Cela signifie qu'en plus d'être hyper qualifiés pour la performance scénique ou pour la composition d'œuvres originales, la musicienne et le musicien d'aujourd'hui s'impliquent dans la gestion, la production, la logistique, la réalisation, la création de contenu original, la diffusion, les communications, etc.

Depuis déjà deux ans, l'École de musique a formé les personnes étudiantes à l'utilisation des technologies audionumériques pour la diffusion en ligne, l'enregistrement et l'autoproduction. Cette approche leur a permis de suivre et de compléter avec succès leur formation pendant le confinement, mais aussi d'innover dans leurs pratiques, de s'adapter aux contextes changeants et de se réinventer à maintes reprises. Par exemple, les instrumentistes continuent à faire des enregistrements dans les plateaux de l'École de musique et avec leur propre matériel de studio pour s'habituer à des prestations virtuelles, alors que les compositrices et les compositeurs développent une approche hybride de la production musicale qui permet d'optimiser le temps de studio et la portée de leur équipement personnel de production. L'équipe pédagogique et le personnel de soutien ont offert un appui

bénéfique pour bien encadrer les personnes étudiantes pendant cette période d'incertitude. Voici quelques exemples, parmi les plus notables, associés à des stratégies hybrides ou de distance :

- La création de capsules-minute et de tutoriels pour l'utilisation des logiciels d'édition musicale, la prise de son, le fonctionnement de la station audionumérique, etc. (environ 500 minutes) dans une perspective de pédagogie inversée;
- Pour les cours théoriques, la bienveillance a guidé la création d'une méthode de communication et de rétroaction directe via l'utilisation de fichiers partagés, l'utilisation soutenue des fonctions de rétroactions vocales offertes par Moodle et OneNote et le support individuel quotidien fourni par l'équipe des auxiliaires d'enseignement;
- L'autonomie des personnes étudiantes a été renforcée en optimisant les répétitions musicales à distance ainsi que par la diffusion en direct des séances de lectures d'examens;
- Le développement d'approches différentes et de nouvelles modalités pour l'enseignement, l'évaluation et la tenue des jurys à distance en interprétation et en composition.

On le voit, la créativité de l'équipe de l'École de musique a été mise à profit pour offrir un enseignement de qualité, accessible et inclusif tout au long des mesures d'urgence liées à la pandémie.

## UN AVENIR FRAGILE POUR LA RELÈVE

Malgré le fait que leur formation universitaire les rend plus aptes que jamais à conduire la révolution numérique et à façonner le milieu musical de demain, les personnes étudiantes sont à même de constater les nouveaux défis qui les attendent. En effet, la Guilde des musiciens et musiciennes du Québec rapporte qu'en février 2021, au creux de la deuxième vague de la pandémie, 69 % des musiciennes professionnelles et musiciens professionnels exerçaient moins du quart de leurs activités habituelles. Parmi eux, 26 % ne pouvaient même pas travailler.

L'intégration de la relève dans la reprise des activités culturelles est cruciale. Justement, dans le budget 2022-2023 du Québec, 136,6 millions de dollars seront attribués au cours des trois prochaines années à la Société de développement des entreprises culturelles (SODEC) et au Conseil des arts et des lettres du Québec (CALQ) pour notamment soutenir davantage la relève artistique, dont l'éclosion a été retardée par les conséquences de la pandémie en culture.

Considérant que les spectacles prévus sont généralement ceux déjà reportés de 2020-2021, il reste très peu d'espace pour programmer les concerts ou les spectacles des personnes musiciennes nouvellement diplômées. C'est pourquoi l'École de musique a rapidement élaboré un concert intitulé « Musique déconfinée » pour faire rayonner les talents. Ce concert du 25 avril 2022 est original sur plusieurs plans : 1) il fait tomber la barrière des genres en mêlant les musiques classique, jazz, blues soul et pop en plus de compositions à l'image électroacoustiques, modernes ou encore orchestrales; 2) l'approche de répétition à distance a été mise à profit, ce qui a permis d'optimiser la préparation du concert; 3) les interprètes accompagneront l'auteure-compositrice-interprète Catherine Major pour quatre chansons dans des arrangements de Valérie Lambert-Fréchette, étudiante en composition, ce qui leur offre une expérience professionnalisante dans l'esprit de leur formation musicale.

La situation n'est pas idéale, mais, en tant que chercheuses et chercheurs, professeures et professeurs et fondatrices et fondateurs du Centre de recherche et d'innovation en musique professionnelle (CRIMP) et membre du personnel enseignant, nous sommes motivés à poursuivre notre travail de formation et de recherche en collaboration pour favoriser la contribution de la relève au développement d'une culture forte et pérenne. Nos jeunes musiciennes et musiciens ont les idées, les outils, l'énergie et la créativité nécessaires pour que le Québec de demain rayonne par sa culture, son entrepreneuriat et son innovation.

# Politique et religion : les leçons de la pandémie

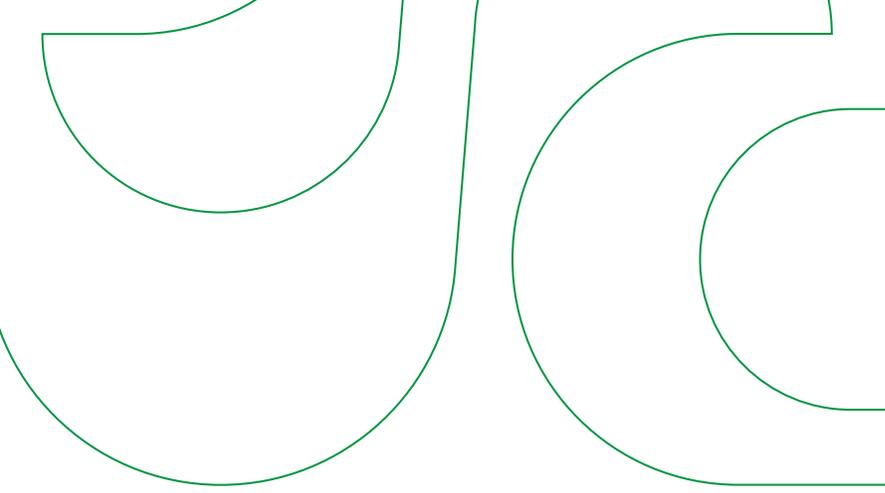
Il faut le reconnaître d'emblée, la question du rapport entre religion et politique s'appréhende généralement sous l'angle du conflit. Le contexte pandémique n'a rien fait pour arranger les choses : le facteur religieux a en effet été identifié comme une composante non négligeable des narrations complotistes qui ont pris d'assaut les réseaux sociaux et les places publiques. Il n'est donc pas inutile de rappeler que le rapport entre religion et politique peut également être pensé en dehors des dynamiques de conflictualité auxquelles on est habitués. De ce point de vue, le contexte pandémique ne serait-il pas l'occasion de poser un regard neuf sur cette problématique ?

Un des aspects de la vie sociale qui a été mis en évidence par la pandémie actuelle est sa dimension narrative. On ne saurait réduire le comportement et les choix humains à ceux d'un agent rationnel calculant ses bénéfices individuels. Les comportements relèvent aussi d'interprétations où entrent en jeu les représentations communes et des structures de sens d'où émergent des visions du monde, de la vie en société et des enjeux prioritaires. La compréhension et la prise en compte des narrations par lesquelles les citoyens s'insèrent dans l'espace commun s'avèrent ainsi essentielles dans l'élaboration des politiques publiques. Face à la pandémie, ce sont les sociétés où la confiance et le capital social sont les plus élevés qui s'en sont le mieux sorti. En revanche, là où les différents groupes sociaux sont psychologiquement déconnectés les uns des autres, là où règne une défiance a priori envers les institutions responsables du bien commun, le citoyen est vulnérable aux récupérations idéologiques sociopathes, rendant ainsi difficile la mise en œuvre de politiques publiques efficaces.

C'est ici que peut se dessiner une zone d'interaction entre religion et politique qui mériterait d'être investiguée davantage. Celle des ressources de sens et de motivation qui irriguent l'exercice démocratique. La cité moderne se conçoit en effet comme un projet collectif. Elle ne peut échapper à la nécessité de susciter l'adhésion, la loyauté et la participation des citoyens. Former les vertus civiques qui visent la recherche du bien commun, la capacité à se mettre à la place de l'autre et de préférer la justice au détriment de ses propres intérêts immédiats ne sont pas des attitudes allant de soi.

---

Par [Stéphane Bürgi](#), Ph.D., chargé de cours et chercheur postdoctoral au Centre d'études du religieux contemporain



Si la religion n'est plus l'unique référence morale dans l'espace citoyen, elle demeure une référence pour une part non négligeable des individus qui le composent. Or ces individus croyants, faut-il le rappeler, ne sont pas tous de dangereux fondamentalistes. En effet, la religion possède aussi ses propres représentations qui encouragent l'éthique citoyenne, le sens de la justice et la solidarité. Ces narrations croyantes, combinées aux autres ressources morales qui coexistent dans l'espace pluraliste contemporain, permettent de résister au scénario d'une société entièrement atomisée, composée d'individus indifférents au bien commun, scénario qui serait évidemment fatal pour la démocratie.

Kant suggérait qu'une république idéale pouvait se penser philosophiquement à partir de la fiction d'un "peuple de démons", c'est-à-dire un peuple composé d'individus n'ayant aucun sentiment d'appartenance les uns envers les autres. Au 18<sup>e</sup> siècle, cette représentation pouvait être efficace pour dissoudre l'emprise des structures traditionnelles sur la vie sociale et penser l'organisation des libertés modernes. Qu'elle soit suffisante pour penser l'organisation d'une société déjà fortement sécularisée est moins certain.

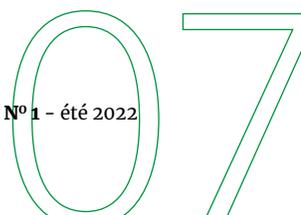
La crise sanitaire, on l'a amplement souligné, nous fait faire l'expérience de la vulnérabilité de nos conditions d'existence

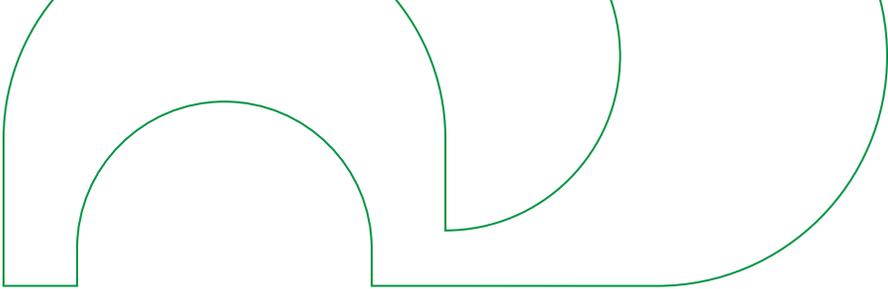
(tant sur le plan personnel que social ou institutionnel). Elle nous rappelle que, pour préserver un certain degré d'humanité, la vie sociale dépend de ressources morales qui sortent l'individu de son autosuffisance présumée et qui le poussent à l'exercice des vertus civiques. L'interaction complexe entre religion et politique peut donc être intégrée dans une réflexion plus large sur le type de représentations (religieuses ou non) qui permet la coopération citoyenne et soutienne le bien commun. La situation de crise montre la pertinence de trouver un nouvel équilibre, où les dynamiques d'individualisation, d'autonomisation et de séparation qui ont contribué à faire émerger les sociétés modernes ne viennent pas nier les dynamiques de loyauté, d'appartenance et d'interdépendance qui correspondent aux conditions réelles de la vie collective.

Quant à la place spécifique de la religion dans ce nouvel équilibre, la question reste ouverte. Une chose est certaine, les réflexions qui précèdent écartent les versions les plus idéologisées de la laïcité, celles qui entretiennent l'idée selon laquelle la disparition du religieux serait, en elle-même, un phénomène conduisant au progrès social. Doivent toutefois aussi être écartées les propositions où l'on conçoit le religieux comme une identité morale foncièrement positive, devant être placée hors de portée de la critique. De fait, pour réfléchir à une interaction positive entre politique et religion, il

apparaît indispensable d'ouvrir la boîte noire du religieux, considéré trop souvent de manière homogène et univoque, pour appréhender le phénomène dans toute sa complexité et dans ses différentes formes réelles.

On entend parfois dire que la pandémie actuelle représente une sorte de répétition générale au regard des autres grands défis collectifs : notamment la transition écologique. Une plus grande connaissance du religieux, des différents courants de croyance, de leurs rapports à la science, à l'État laïc et à la citoyenneté n'offre pas, en soi, de solution immédiate aux défis de l'avenir. Toutefois, cette connaissance permet d'identifier de quelles insatisfactions, malaises ou craintes se nourrissent les narrations qui conduisent au complotisme, au cynisme ou au repli identitaire. Elle permet aussi de mettre en évidence les ressources théologiques, exégétiques et philosophiques qui contribuent à consolider les acquis de la modernité : l'idéal citoyen, l'horizon de l'universel et la culture du dialogue rationnel. En somme, cette connaissance permet de penser plus adéquatement et même de favoriser cette zone d'interaction entre religion et politique évoquée précédemment. Une zone d'interaction qui concerne les valeurs et les attitudes qui irriguent la culture commune, permettent de faire société et qui se développe dans l'exercice concret de la participation citoyenne.





# Le « droit de la gouvernance » pour réduire les inégalités sociales pendant la pandémie?

La pandémie liée à la COVID-19 est survenue dans un contexte déjà marqué par d'importantes inégalités sociales. La notion de *syndémie*, qui vient de la fusion des mots synergie et épidémie, permet de mettre en évidence les effets différentiels de la COVID-19 en reconnaissant l'influence de ses constituants médicaux, environnementaux et sociaux sur l'aggravation et la propagation du virus<sup>1</sup>. La progression de la maladie serait ainsi liée aux inégalités sociales. Par exemple, pendant la première année de la crise sanitaire au Canada, la mortalité causée par la COVID-19 était plus élevée chez les femmes en raison de leur surreprésentation parmi le personnel de la santé fortement exposé au virus<sup>2</sup>. De plus, les ménages à faible revenu étaient souvent moins susceptibles de pouvoir travailler à distance et beaucoup ont perdu leur emploi en raison de la pandémie. Outre des facteurs structurels tels que la pauvreté et l'insécurité de logement, les mesures d'urgence elles-mêmes ont contribué à exacerber les inégalités sociales, notamment les mesures de distanciation sociale.

Dans nos travaux, nous avons tenté de comprendre comment le droit a été mobilisé, pendant la première année de la pandémie au Québec, pour atténuer les

effets anticipés des mesures sanitaires sur les inégalités sociales. Pour ce faire, nous avons retenu deux cas d'étude : (1) la fermeture des écoles et les mesures de mitigation de l'insécurité alimentaire chez les enfants et (2) l'imposition d'un couvre-feu et les mesures d'atténuation des inégalités touchant les victimes de violence domestique et les personnes en situation d'itinérance. Notre démarche consistait à répondre aux questions suivantes : quelles actions ont été posées pour réduire les inégalités découlant de ces mesures d'urgence et par qui ? Des lois, règlements ou décrets ont-ils été adoptés à cet égard ? D'autres processus normatifs plus souples et inclusifs ont-ils été utiles dans ce contexte ?

Nos questions s'inscrivaient dans la perspective théorique de la gouvernance et du « droit de la gouvernance »<sup>3</sup>, qui permet de rendre compte des transformations que le droit a subies lors du passage du gouvernement à la gouvernance depuis les années 1990<sup>4</sup>. Ce passage, marqué par la multiplication des acteurs étatiques et non étatiques participant aux processus d'élaboration des normes<sup>5</sup>, s'accompagne d'un nouvel ordre juridique - le droit de la gouvernance - caractérisé surtout par des normes non contraignantes, telles que des recommandations, des directives, des

---

Par Marie-Eve Couture-Ménard,  
Jean-Frédéric Ménard, Louise Bernier,  
Mylaine Breton, Esther Villeneuve,  
Stéphane Bernatchez

Les autrices et auteurs sont membres du  
[Centre de recherche sur la régulation et le  
droit de la gouvernance](#) (CrRDG)

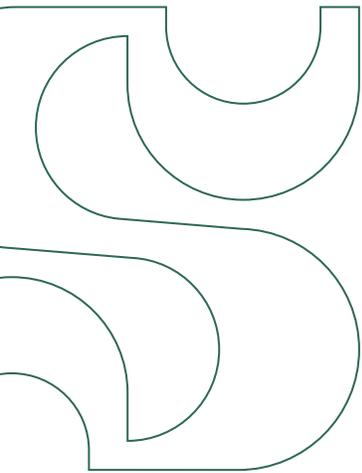
---

<sup>1</sup> Horton, R. (2020) 'Offline: COVID-19 is not a pandemic', *The Lancet*, 396(10255), p. 874; Singer, M. and Rylko-Bauer, B. (2021) 'The Syndemics and structural violence of the COVID pandemic: anthropological insights on a crisis', *Open Anthropological Research*, 1(1), pp. 7-32.

<sup>2</sup> Bastien, T. et al (2020) *Impact de la pandémie de Covid-19 sur la santé et la qualité de vie des femmes au Québec*, Montréal : Observatoire québécois des inégalités (en ligne).

<sup>3</sup> Lasserre, V. (2015), *Le nouvel ordre juridique. Le droit de la gouvernance*, Paris, LexisNexis.

<sup>4</sup> Ost, F. and Van de Kerchove, M. (2002) *De la pyramide au réseau ? Pour une théorie dialectique du droit*, Brussels : Publications des Facultés universitaires Saint-Louis ; Chevallier, J. (2005) 'La gouvernance et le droit', in Anselek, P. *Mélanges Paul Anselek*, Bruylant, p. 189-207.



guides et des plans d'action<sup>6</sup>. En adoptant une telle perspective sur le droit, il nous était donné de constater les interactions entre ces diverses normativités et le droit traditionnel, généralement plus formel, contraignant et disposant d'une force obligatoire (lois, règlements, décrets), afin de broser un portrait plus complet du droit mobilisé pour réduire les inégalités sociales pendant la pandémie.

## RÉDUIRE L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE CHEZ LES ENFANTS

Le gouvernement a ordonné la fermeture des écoles par décret dès l'entrée en vigueur de l'état d'urgence sanitaire le 13 mars 2020. Rapidement, des préoccupations majeures ont été soulevées concernant les inégalités associées à l'insécurité alimentaire chez les enfants. Une gouvernance s'est alors progressivement organisée, d'abord par les organisations non gouvernementales, puis avec l'appui de l'État, pour assurer la distribution de vivres directement aux familles vulnérables. Le financement du gouvernement du Québec a déclenché une véritable gouvernance collaborative de proximité<sup>7</sup>, notamment entre le Club des petits déjeuners et les Banques

alimentaires du Québec, qui ont pu coordonner leurs efforts de distribution alimentaire. Dans ce cas, le droit traditionnel a joué un rôle mineur dans l'atténuation des inégalités liées à l'insécurité alimentaire, alors qu'aucune norme contraignante ne semblait s'imposer aux acteurs concernés. L'État a plutôt mobilisé d'autres normativités en dehors du droit traditionnel, comme le *Plan d'action gouvernemental pour l'inclusion économique et la participation sociale 2017-2023*, dont l'une des mesures vise à fournir un soutien financier aux organismes communautaires offrant une aide alimentaire.

## PROTÉGER LES VICTIMES DE VIOLENCE DOMESTIQUE ET LES PERSONNES EN SITUATION D'ITINÉRANCE

Le 8 janvier 2021, le gouvernement a adopté un décret stipulant que personne ne pouvait se trouver à l'extérieur de sa résidence ou de son terrain entre 20 h et 5 h. Les victimes de violences domestiques et les personnes en situation d'itinérance, qui ne bénéficiaient pas d'une exemption dans le décret, étaient à haut risque de vivre des inégalités face à ce couvre-feu. Au moyen de déclarations à la population, notamment lors de conférences de presse, le gouvernement a adopté la même approche pour atténuer les inégalités anticipées à l'endroit de ces deux populations vulnérables, prônant une interprétation souple du couvre-feu dans certaines situations délicates et s'en remettant à la discrétion policière

à cet égard. L'information ainsi transmise produit un effet normatif en ce que les personnes itinérantes et victimes de violence domestique peuvent en quelque sorte changer leur conduite. Cependant, les personnes concernées par le problème de l'itinérance n'étaient pas satisfaites de cette réponse générale du gouvernement et ont insisté pour qu'une mesure d'atténuation soit énoncée dans un décret, pour plus de prévisibilité. Des années de relations tendues entre ce groupe et les forces de l'ordre ont laissé planer le doute sur une application arbitraire de la norme, même infléchie par le droit de la gouvernance<sup>8</sup>. Une action en justice a donc été intentée pour invalider le couvre-feu à l'égard de la population itinérante et demander une suspension temporaire de cette mesure d'urgence pour la durée de la procédure, demande qui a été accordée par le tribunal. S'en est immédiatement suivi l'adoption d'un décret gouvernemental visant à exclure la population itinérante de l'application du couvre-feu.

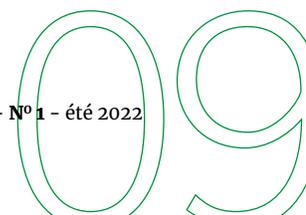
Ces cas d'étude montrent que la mobilisation du droit pour atténuer les inégalités sociales pendant la pandémie n'a pas suivi une formule unique. Le type de normes utilisées, leur acceptation par une population donnée et leur appropriation par les acteurs pour réduire les effets des mesures d'urgence sur certaines populations vulnérables ont varié. Parfois, les attributs du droit de la gouvernance ont été recherchés, mais, à d'autres occasions, ceux du droit traditionnel ont été réclamés.

<sup>5</sup> Mockle, D. (2006) 'La gouvernance publique et le droit', *Les Cahiers de droit*, 47(1), pp. 89-165.

<sup>6</sup> Thibierge, C. (2003) 'Le Droit souple : réflexion sur les textures du droit', *Revue trimestrielle de droit civil*.

<sup>7</sup> Paquet, G. (2011) *Gouvernance Collaborative : Un antimanuel*. Montréal: Liber; Blomgren Amster, L. (2010) 'Collaborative Governance: Emerging Practices and the Incomplete Legal Framework for Citizen and Stakeholder Voice', *Journal of dispute resolution*, vol. 2009 (2), p.270-323.

<sup>8</sup> Skolnik, T. (2020) 'The Punitive Impact of Physical Distancing Laws on Homeless People', in Flood, C.M. et al, *Vulnerable - The Law, Policy and Ethics of COVID-19*, Ottawa: University of Ottawa Press, 287-298.





# Éducation, ouverture, conflictualité : l'avenir du vivre ensemble

Entrevue avec **Audrey Gagnon**

**Audrey Gagnon**  
Chercheuse postdoctorale

Center for Research on Extremism,  
University of Oslo

À l'occasion du lancement des Midis du vivre ensemble le 11 novembre 2021, Audrey Gagnon (Université Concordia) a été invitée pour un échange autour du thème « Définir le vivre ensemble : citoyenneté, diversité, université », afin de poser les contours de ce que pourrait être une définition du vivre ensemble et identifier les promesses, périls et enjeux liés à la notion. Cette entrevue revient sur ce travail de définition.

## QUE SERAIT SELON VOUS LE VIVRE ENSEMBLE, ET EN QUOI CE CONCEPT EST-IL IMPORTANT ET ACTUEL ?

Les chercheurs ne s'entendent pas sur une définition du vivre ensemble; c'est un concept qui est largement contesté. Selon moi, ça implique la quête d'une cohabitation harmonieuse entre les membres d'une même communauté, que ce soit des gens d'origines différentes, qui pratiquent différentes religions, qui parlent différentes langues, qui ont différentes opinions politiques, etc. Pour ce faire, il faut d'abord reconnaître et respecter toutes ces formes de diversité et il faut lutter contre la discrimination. Donc, ça repose sur l'inclusion, l'acceptation des uns et des autres, et sur le fait d'apprendre à vivre de manière harmonieuse avec les différences de tout un chacun.

Le concept du vivre ensemble est actuel parce qu'on vit dans des sociétés qui sont de plus en plus diverses. On retrouve notamment des nouveaux arrivants, des minorités religieuses, des minorités ethnoculturelles, et des minorités linguistiques qui composent la communauté nationale. À cet effet, dans les dernières années, le concept du vivre ensemble a souvent été employé en référence à l'intégration des immigrants. Ça fait ressortir l'idée qu'on fait tous partie d'une même communauté nationale, certaines personnes depuis plus longtemps que d'autres, et qu'on travaille ensemble pour assurer la cohésion sociale. Sans vivre ensemble, sans respect des uns et des autres, sans soucis de l'égalité des différents membres de la communauté, on risque de vivre dans une société qui va être plus conflictuelle.

## EST-CE QU'ON PEUT « FORCER » LES GENS À VIVRE ENSEMBLE, OU LES INCITER SEULEMENT ?

La réalité, c'est qu'on vit tous dans la même communauté nationale. Donc, quelque part, on n'a pas le choix d'apprendre à vivre ensemble. Après, c'est certain que ça peut poser certains défis, que ça peut mener à des débats de société comme on l'a observé dans les dernières années au Québec avec les débats portant sur les pratiques d'accommodement reliées aux différences culturelles et religieuses. Donc il faut garder en tête que la recherche du vivre ensemble est une quête permanente qui aspire à construire une communauté fondée sur un cadre de compréhension mutuelle. Un exemple d'initiative pouvant favoriser le vivre ensemble serait d'apprendre à découvrir et à connaître l'Autre pour faciliter le dialogue interculturel et la tolérance.

## QUEL EST LE LIEN ENTRE IMMIGRATION ET VIVRE ENSEMBLE ?

Est-ce qu'elle contribue par définition à « casser » du vivre ensemble, à créer de la conflictualité, est-ce que ça crée du vivre ensemble ?

Je ne dirais pas que l'immigration crée de la conflictualité, mais plutôt que ça peut poser certains défis pour le vivre ensemble. Par exemple, l'incompréhension, les préjugés ou encore les stéréotypes envers les nouveaux arrivants minent le vivre ensemble. Pour vivre

ensemble, il faut que chacun fasse sa part, et ce, autant la communauté d'accueil que les nouveaux arrivants, et autant les membres de groupes majoritaires que ceux de groupes minoritaires. C'est un travail d'ouverture et de flexibilité qui va dans les deux sens.

## **QUELLES SERAIENT DES PISTES, INDIVIDUELLES OU COLLECTIVES, POUR MIEUX VIVRE ENSEMBLE ?**

Je dirais que le point de départ, c'est l'éducation. Comme je le disais tantôt, le vivre ensemble implique de cohabiter au sein d'une communauté de manière à favoriser l'égalité et à accepter les différences. Pour ce faire, il faut que les membres de la communauté apprennent à découvrir et à connaître l'Autre pour favoriser leur compréhension des uns et des autres et pour ouvrir la porte au dialogue. L'éducation à la diversité peut également mener à comprendre que les différences entre le « nous » et le « eux » ne sont pas irréconciliables; voire même que le « eux » fait partie intégrante du « nous ».

Au Québec, notre position de minorité nationale dans un Canada majoritairement anglophone fait en sorte que la question de la protection de la culture québécoise et de la langue française va toujours être présente dans les discours politiques et sociaux. Mais il faut éviter les discours qui présentent les immigrants comme étant une menace à la société québécoise. Il faut aussi faire attention à la façon dont on parle des questions liées à l'immigration et à la gestion de la diversité ethnoculturelle de manière générale pour ne pas réifier les différences entre le « nous » et le « eux ». Ça ne veut pas dire de ne pas aborder ces sujets : je pense au contraire qu'il est nécessaire d'avoir des discussions collectives sur ces sujets, mais il faut éviter de tomber dans les généralisations et les débordements.

Lorsqu'on parle d'immigration et de diversité, les élites politiques et les médias ont un rôle très important à jouer. Pour les gens qui n'ont pas ou très peu de contacts dans la vie de tous les jours avec des immigrants et des gens issus des minorités ethnoculturelles, c'est plus difficile de faire la part des choses et de savoir à quel point ils s'intègrent ou non à la société québécoise. Les gens doivent donc se fier aux discours politiques et médiatiques pour savoir ce qu'il en est. Si les discours qui leur sont présentés sont alarmants et présentent les immigrants et les membres de la diversité comme étant constamment au cœur de tensions et de débats ou comme ne faisant pas leur part en matière de vivre ensemble, c'est sûr que ça peut devenir une source d'inquiétude. Donc c'est crucial de faire attention à la façon

dont on parle des questions liées à l'immigration et à la diversité ethnoculturelle. On a besoin de nuances quand on parle de ce genre de sujets.

## **QUEL SERA L'AVENIR DU VIVRE ENSEMBLE, EN TANT QUE RÉALITÉ ?**

### **Qu'est-ce qui va changer ?**

C'est toujours difficile de faire des prévisions politiques. Les politologues sont souvent meilleurs pour analyser ce qui s'est déjà produit que pour prévoir ce qui va arriver dans le futur. Par contre, on sait que l'immigration et la diversité sont des réalités sociales qui vont continuer, voire même s'accroître avec le temps. On peut penser, par exemple à la guerre en Ukraine, aux réfugiés climatiques ou encore à la pénurie de main-d'œuvre au Québec qui sont des exemples de phénomènes contemporains qui encouragent ou forcent la mobilité des gens. Dans ces contextes, l'accueil de nouvelles populations est une réalité qui va se maintenir et donc, assurément, les discussions à propos de l'immigration et de la diversité vont se poursuivre. Ce qui va déterminer l'avenir du vivre ensemble, c'est la façon dont on va décider collectivement d'aborder ces sujets et de réagir face à ces phénomènes.

On sait que l'immigration et la diversité créent parfois des mouvements de résistance de la part des populations. On a même pu observer dans les dernières années une montée de l'extrême droite et des mouvements de la droite populiste dans plusieurs démocraties libérales, notamment au Canada, aux États-Unis et en Europe. Il y aura toujours une résistance face au changement. Certaines personnes perçoivent que l'arrivée de nouvelles populations menace leur statut économique et social, par exemple. Même si on a pu observer des mouvements de résistance face à l'arrivée de nouvelles personnes au Québec depuis 2015, notamment en réaction à l'arrivée des réfugiés syriens, je ne pense pas que l'extrême droite va réussir à percer de manière significative dans le futur. En effet, on n'a jamais eu de parti politique d'extrême droite ou ouvertement anti-immigration qui ait pris le pouvoir dans la province. En comparaison, en Europe, certains de ces mouvements sont institutionnalisés depuis longtemps, ont une visibilité sur la scène politique et sur la scène médiatique. On n'a pas ça au Québec ni dans le reste du Canada. Certaines élites politiques vont flirter avec le populisme, ou mettre de l'avant des propos exclusifs, mais jusqu'à présent, des partis politiques d'extrême droite n'ont jamais réussi à accéder au pouvoir.



# Santé mentale : « Vous avez tous un rôle à jouer »

Entrevue avec  
**Méliissa Généreux**

**Méliissa Généreux,**  
MD, MSc, FRCPC  
Médecin-conseil, Direction de  
santé publique de l'Estrie/INSPQ  
Professeur-agrégée, FMSS,  
Université de Sherbrooke

## **VOUS AVEZ DIRIGÉ DEUX RAPPORTS SUR LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES POUR LA PÉRIODE DE LA PANDÉMIE (2020-2022). POUVEZ-VOUS NOUS RAPPELER LEURS CONCLUSIONS ?**

**Comment la pandémie a-t-elle affecté la santé  
mentale en général, celle des jeunes en particulier ?**

Je pense qu'on ne peut pas généraliser, mais ce qui est quand même inquiétant dans nos travaux, c'est de voir que pour des questions qu'on avait posées aux jeunes en Estrie avant le début de la pandémie

en janvier 2020, pour donner un exemple, 11% des jeunes du secondaire répondaient que leur santé mentale était passable ou mauvaise, alors que cette proportion-là en janvier 2021 et janvier 2022 est plutôt autour de 30%. C'est un des premiers indices qui suggèrent fortement une détérioration. Mais lorsqu'on élargit ça aussi à l'échelle des étudiants, hors cycles supérieurs, autant en Estrie qu'ailleurs au Québec, c'est le même son de cloche.

## **EST-CE QUE VOUS DIRIEZ QUE C'EST QUELQUE CHOSE QUI TOUCHE PLUTÔT LES JEUNES GÉNÉRATIONS EN GÉNÉRAL, OU DAVANTAGE LES JEUNES GÉNÉRATIONS ACTUELLES ?**

On a une certaine évidence qui montre que les extrêmes d'âge, donc les jeunes et les personnes plus âgées, vont réagir de manière un petit peu plus adverse sur le plan psychologique que le font les adultes d'âge moyen. C'est vraiment une généralité, mais à chaque catastrophe ou chaque crise, je pense qu'il faut prendre la peine de documenter, car dans le contexte propre à la pandémie, il y a quand même des mesures sanitaires. Il y a eu un déséquilibre assez important dans la sensation de peur, qui était beaucoup plus faible chez les jeunes adultes que les adultes plus âgés. En contrepartie, les jeunes étaient ceux qui étaient les plus affligés par les mesures sanitaires. Le début de l'âge adulte ou la fin de l'adolescence sont des périodes de transition dans lesquelles on vit déjà beaucoup de stress d'adaptation. Ce sont des périodes de la vie où les contacts sociaux prennent encore plus leur sens que lorsqu'on est peut-être plus établi avec une famille fondée. À un âge plus avancé, on est capable de prendre un peu plus de recul et on a moins l'impression, finalement, de perdre des années précieuses.

## **ON A VU DANS LES MÉDIAS BEAUCOUP DE PRESCRIPTIONS ET CONSEILS INDIVIDUELS, DE « TRUCS ET ASTUCES ».**

**Dans quelle mesure est-ce qu'une approche individuelle de la santé mentale  
serait-elle suffisante ou insuffisante ?**

Une approche individuelle, ce n'est pas suffisant. Plus la problématique est complexe, moins l'approche individuelle est suffisante. En santé publique, la tâche est beaucoup plus complexe que de simplement informer les gens, les sensibiliser, leur donner des petits trucs individuels qui marchent habituellement mieux pour les gens qui en ont le moins besoin. Il y a beaucoup d'inégalités en santé, et il y a souvent un cumul de fardeau et de facteurs qui viennent nuire à la santé psychologique des personnes qui ont déjà plusieurs autres éléments



stressants, tels que des fardeaux financiers, des difficultés scolaires, des conflits familiaux, des problèmes d'accès au logement, etc. Je ne pense pas que les gens qui luttent pour savoir comment finir leur fin de mois, bien se nourrir, bien se loger, leur envoyer un petit lien vidéo pour leur dire « prends soin de toi, fais de la méditation » soit suffisant. Ce qui est intéressant en revanche, c'est que les jeunes eux-mêmes, quand on les questionne sur ce qui pourrait les aider à aller mieux, le sport a été plus souvent privilégié par un plus grand nombre d'étudiants que le soutien psychologique ou les conférences sur la gestion du stress, et ce autant au CEGEP qu'à l'université ou au secondaire. Le sport a permis d'avoir un environnement qui permet de recréer des liens significatifs avec autrui, avoir plus d'espace pour s'impliquer comme étudiant, pour prendre la parole, s'exprimer. Les trucs et astuces, c'est bien, mais ça doit s'intégrer dans un tout beaucoup plus cohérent qui touche aux différentes sphères de leur vie qui ont été impactées par la pandémie.

**FINALEMENT, LES PROBLÉMATIQUES DE SANTÉ MENTALE TOUCHENT DES INDIVIDUS, MAIS NE SONT PAS QUE DES PROBLÈMES INDIVIDUELS. C'EST VÉRITABLEMENT UNE QUESTION DE VIVRE ENSEMBLE, DE COHÉSION SOCIALE, DE PARTICIPATION À LA VIE EN SOCIÉTÉ.**

Définitivement. Je pense qu'on ne doit pas se limiter aux symptômes présentés par la personne, mais essayer de creuser qu'est-ce qui a amené quelqu'un dans cet état-là plutôt que de simplement mettre un petit pansement. On se rend compte que le « pourquoi » est souvent d'origine collective. Et ça nous pousse à vouloir agir sur les causes collectives du malaise, à rejoindre plusieurs personnes et non seulement un individu à la fois, à rendre nos environnements sociaux plus agréables et plus faciles à vivre, agir sur le coût de la vie, le logement, s'appuyer sur les organismes communautaires qui sont présents pour nous soutenir.

**EST-ON DANS UNE SOCIÉTÉ, ICI AU QUÉBEC, DE MIEUX EN MIEUX INFORMÉE ET SENSIBILISÉE PAR RAPPORT AUX PROBLÉMATIQUES DE SANTÉ MENTALE EN GÉNÉRAL ?**

J'ai l'impression qu'on dit encore beaucoup que « santé mentale », égale, « trouble mental ». Ce n'est pas vrai : tout le monde a une santé mentale ! On a tous eu des hauts et des bas. Il est comme grand temps qu'on arrête cette dichotomie, tout n'est pas noir ou blanc. Il faut arrêter de parler de la santé mentale comme étant un trouble. C'est quelque chose qui se construit et se développe au quotidien. Je pense que tous les petits gestes ainsi que l'environnement dans lequel on baigne, les activités ou les opportunités qui nous sont offertes pour donner plus de sens à notre quotidien, en somme tous ces filets de protection sociale peuvent nous empêcher de basculer vers un état plus pathologique. La santé mentale, c'est quelque chose qui se promeut, se développe, se construit, et sur lequel on a tous un rôle à jouer. Ce matin peut être quand vous avez ouvert la porte au facteur, peut-être que vous avez été un petit peu direct, puis ça a été un petit élément de plus qui est venu gâcher sa journée. Peu importe notre corps de métier, notre rôle social, notre position, on dès qu'on interagit avec des gens, on peut

ménager la santé mentale des uns et des autres. Vous avez tous un rôle à jouer pour la santé mentale d'autrui ! De la même manière, si on parle de faire des investissements en santé mentale, on pense à des investissements pour le traitement des troubles ou pour les organismes communautaires qui viennent en aide aux personnes atteintes de problèmes. Mais investir en santé, ça ne veut pas dire seulement investir dans le système de santé, mais également pour faire plus de pistes cyclables, pour promouvoir l'activité physique, pour favoriser une meilleure offre alimentaire dans les écoles, etc. On peut faire le même parallèle pour la santé mentale.

**DANS VOTRE DERNIÈRE ENQUÊTE, VOUS PARLEZ DU RAPPORT DES JEUNES À L'OPTIMISME. UN TIERS D'ENTRE EUX ONT UN NIVEAU MODÉRÉ OU ÉLEVÉ D'OPTIMISME SEULEMENT. EST-CE QUE VOUS, VOUS ÊTES OPTIMISTE PAR RAPPORT AUX ÉVOLUTIONS ACTUELLES DES PROBLÉMATIQUES DE SANTÉ MENTALE ?**

Je suis un petit peu inquiète, je dois être bien honnête là. Pour moi, c'était clair qu'on allait avoir à vivre avec plusieurs séquelles qui ont été laissées par la pandémie chez bon nombre de gens, c'est ce qu'on a vécu à la suite d'à peu près toutes les crises ou catastrophes. C'est difficile d'anticiper quels seront les effets dans le futur, parce que le trauma a été tellement prolongé dans le temps que c'est un peu

nouveau. C'est une évidence qu'il va falloir suivre ça de très près. Les enjeux de difficulté scolaire, de développement des enfants, de violence conjugale, de stress financier, la polarisation extrême des idées, sont des choses qui ont pris une place vraiment importante dans nos vies. Ce sont des séquelles qui ont été apportées par la pandémie et qui malheureusement ne vont pas disparaître facilement. Tous les ingrédients sont réunis pour renforcer ce je viens de nommer : la polarisation, les discriminations, les violences, les conflits, l'anxiété, la dépression ainsi que la fatigue. Pour moi, le plus grand risque c'est cette fatigue; nécessairement la fatigue physique, mais une fatigue pandémique. On est saturés d'en entendre tellement parler, que ça prenne autant de place dans notre vie qu'on a envie de s'en protéger, on n'est plus motivés à s'informer ni à suivre les règles. C'est souvent là qu'on tombe un peu dans une forme de déni, de colère ou de méfiance, puis de polarisation. Maintenant, on parle de plus en plus de fatigue de crise, de *crisis fatigue*. Avec toutes ces crises, à un moment donné il y a un réel risque de polarisation, y compris au niveau politique. Plus que jamais, on a besoin de le travailler, le vivre ensemble, si on veut revenir sur le thème de la discussion. Je suis assez inquiète par rapport à ça.



# Attentes sociales et satisfaction de vie en temps de pandémie

Entrevue avec **Marjorie Desormaux-Moreau**

---

**Marjorie Desormaux-Moreau**  
Ergothérapeute, professeure  
à l'École de réadaptation de  
l'Université de Sherbrooke,  
chercheuse à l'IUPLSSS  
et l'IU DI-TSA.

**DANS LE CONTEXTE DE LA PREMIÈRE VAGUE DE PANDÉMIE, VOUS AVEZ RÉALISÉ UNE ÉTUDE DANS LAQUELLE VOUS CHERCHIEZ À COMPARER LA SITUATION DES PERSONNES AUTISTES ET NON AUTISTES. POUVEZ-VOUS PRÉSENTER CETTE ÉTUDE ET SON CONTEXTE ?**

La mise en place des différentes mesures qui visaient à limiter la propagation de la COVID-19 a entraîné d'importants changements chez la majorité des gens. Face à l'imprévisibilité des événements qui entouraient les débuts de la pandémie et des mesures mises en place pour la limiter, plusieurs acteurs ont avancé l'idée que ces changements représenteraient une menace particulièrement lourde pour la santé mentale et la satisfaction de vie des personnes autistes. Cette idée s'appuyait sur le fait que les Autistes sont perçus comme s'ajustant moins facilement au changement, ou qui y réagissent plus fortement. Pourtant, dans les semaines qui ont suivi la déclaration de l'état d'urgence et la mise en place des premières mesures, j'ai observé que de nombreux Autistes exprimaient sur les réseaux sociaux qu'ils appréciaient le contexte du confinement

à domicile. Je m'identifie moi-même comme Autiste et ces partages résonnaient avec mon propre vécu. Certaines expériences rapportées sur les réseaux sociaux détonnaient fortement avec ce qui était rapporté par les chercheurs et les professionnels, qui portaient un regard externe sur la situation. J'ai donc eu envie de documenter cette expérience pour en brosser un portrait. Les résultats de l'enquête qu'on a menée montrent que les personnes participantes autistes ont globalement mieux vécu le changement que les personnes participantes non-autistes.

**SELON VOUS, COMMENT EXPLIQUER CES OBSERVATIONS ? LE CONFINEMENT A ÉGALISÉ LES RAPPORTS SOCIAUX ET TOUT LE MONDE AURAIT ÉTÉ LOGÉ SOUS LA MÊME ENSEIGNE ?**

Ce qu'on a observé, c'est que les participants autistes rapportaient un niveau de satisfaction de vie plus bas, avant la pandémie. Pour eux, il y a eu très peu de changements en termes de satisfaction de vie, c'est-à-dire qu'à la suite de la mise en place des mesures de confinement, leur niveau de satisfaction a peu changé. En revanche, les participants non-autistes rapportaient une satisfaction de vie plus élevée avant la pandémie, il y a eu, chez ces personnes, une diminution marquée. Donc la forte baisse qui était attendue chez les Autistes n'est pas arrivée; c'est plutôt chez les non-autistes qu'elle a été observée de façon flagrante. Il me semble pertinent de préciser et de souligner que pendant les premiers mois de la pandémie, la satisfaction de vie des participants non-autistes a atteint un niveau similaire à celui que rapportaient les participants autistes avant la pandémie.

## **PARMI VOS OBJECTIFS SE TROUVAIT LE FAIT D'ÉtudIER CE QUE VOUS APPELÉZ LA « SATISFACTION DE VIE ».**

**Est-ce ce que ça témoigne d'une préoccupation pour le lien des personnes autistes avec le vivre ensemble : comment elles-mêmes vivent dans la société, s'y reconnaissent, se satisfont de leur vie ?**

Tout à fait. Ce qui est préoccupant dans une perspective de vivre ensemble, c'est l'écart qui est observé entre la satisfaction de vie avant et après la pandémie, entre personnes autistes et personnes non-autistes. Ça nous amène à envisager ce qu'il faudrait faire pour éviter que ne se creuse, de nouveau, l'écart entre la satisfaction de vie des Autistes et des non-autistes, alors qu'on tend à reprendre un mode de vie similaire à celui qu'on connaissait avant la pandémie.

D'ailleurs, depuis la mise en place des mesures visant à limiter la propagation de la COVID-19, on a beaucoup parlé de l'importance de prendre soin de notre santé mentale et de celle des autres. Beaucoup d'initiatives, de services, de mesures ont été mis en place pour sensibiliser et offrir du soutien aux personnes qui, dans la population générale, en avaient besoin. Les Autistes n'ont jamais bénéficié d'une telle attention – alors que leur satisfaction de vie atteignait, avant la pandémie, le même niveau que celui qui justifie toutes ces mesures pour les non-autistes. Est-ce que la communauté autiste ne mérite pas qu'on s'attarde aussi à leur satisfaction de vie,

qu'on se questionne sur la façon de faire en sorte que les personnes qui y appartiennent puissent naviguer dans la société de façon satisfaisante et qu'on leur permette d'être et d'agir d'une façon qui corresponde à qui ils sont, à ce qu'ils sont, de façon satisfaisante pour eux ?

## **IL Y A, AU CŒUR DE VOTRE APPROCHE, UN INTÉRÊT POUR LES FACTEURS LIÉS À L'ENVIRONNEMENT SOCIAL PLUS QUE LES FACTEURS BIOMÉDICAUX. À QUEL POINT L'ENVIRONNEMENT SOCIAL EST-IL, À L'HEURE ACTUELLE, UN ÉLÉMENT DÉTERMINANT POUR COMPRENDRE LES PHÉNOMÈNES LIÉS À L'AUTISME ?**

La conception traditionnelle de l'autisme est clairement biomédicale. Personnellement, je n'y adhère pas et de plus en plus de personnes, y compris à l'intérieur de la communauté autiste elle-même, décrivent cette conception et veulent s'en détacher. Même si elles demeurent minoritaires, il y a de plus en plus d'études qui s'inscrivent dans des perspectives qui sont davantage socio-environnementales. Il y a également de plus en plus de chercheurs autistes qui, comme moi, s'intéressent au vécu et à l'expérience des Autistes et qui, nécessairement, portent un regard différent en raison de leur savoir expérientiel.

Par exemple, on décrit souvent l'autisme comme un « trouble » de la communication, mais c'est un non-sens conceptuel. La communication implique nécessairement plus qu'une personne, donc comment justifier que cette conception centrée sur la personne en soit l'explication ? L'environnement est indéniablement déterminant dans le vécu des autistes et ça été mis en évidence dans les résultats issus de notre étude. Faisant écho aux réponses de plusieurs, un participant autiste illustre d'ailleurs son vécu de tels changements en disant que : « [Le déconfinement] c'est comme se réveiller d'un rêve merveilleux et devoir continuer à vivre après avoir vécu le bonheur [...] Je rêve d'une deuxième vague et d'un reconfinement pour pouvoir revivre ce rêve merveilleux. »

Notre étude s'est faite par l'entremise d'un questionnaire en ligne et on ne prétend pas que les résultats qu'on a obtenus sont représentatifs de l'ensemble de la communauté autiste. Néanmoins, nos résultats invitent à reconsidérer les normes et les attentes sociales, et questionner la pression de conformité qui est extrêmement énergivore pour les Autistes qui ont à naviguer dans un environnement conçu par, et pour, une majorité qui est non-autiste. Les personnes autistes doivent consacrer du temps et de l'énergie, souvent considérables, uniquement pour naviguer dans les environnements et espaces sociaux; une énergie que n'ont pas à investir leurs compatriotes non-autistes.

**VOTRE ÉTUDE POURRAIT APPORTER UN PEU PLUS LARGEMENT SUR L'ÉTUDE OU LA PROMOTION DU VIVRE ENSEMBLE. L'AUTISME ÉVOQUE LA QUESTION DES RAPPORTS SOCIAUX, DE L'EMPATHIE, DE LA RÉSILIENCE, DE L'ADAPTATION AU CHANGEMENT. EST-CE QU'IL Y A DES LEÇONS QU'ON PEUT TIRER DE TOUT ÇA POUR PROMOUVOIR ET CONTRIBUER, ÉTUDIER LE VIVRE ENSEMBLE ?**

Je pense que le principal élément à retenir, c'est l'idée de la conformité : comment est-ce qu'on pense qu'on devrait vivre ? Quelles sont les attentes sociales qu'on pose par rapport à la façon dont on devrait vivre, la façon dont on devrait évoluer dans l'espace social, la façon dont on devrait interagir ? Y a-t-il vraiment une façon meilleure que d'autres ? Et ça, ça concerne tout le monde, parce qu'à la suite de l'émergence de la pandémie, beaucoup de gens (pas seulement Autistes) se sont mis à questionner leur mode de vie. Plusieurs personnes ont commencé à s'interroger sur le temps qu'elles consacrent au travail, à la famille; le temps qu'elles passent à l'extérieur dans la nature... La clé, pour moi, c'est, ça : remettre en question les normes et les attentes. Quelles sont ces attentes, qui les posent et pourquoi ? Elles sont à l'avantage de qui ? Nécessairement, ça invite à plus de flexibilité, ça invite à être plus tolérant, plus ouvert à une diversité de façons de faire, une diversité de façon d'être et d'agir. Et ça, ça va particulièrement être profitable pour les gens qui s'écartent des normes posées.

Au final, c'est beau de parler d'inclusion, mais encore faut-il que les gens puissent se sentir appartenir à la société, à la communauté, appartenir à un groupe. Seules les personnes elles-mêmes concernées pourront déterminer dans quelle mesure elles se sentent appartenir à ce groupe. Pour que cela arrive, il faut que les gens puissent sentir qu'ils peuvent faire les choses d'une manière qui est conforme à ce qui leur correspond. Je souhaite fortement que ce temps « hors temps » que nous a amené la pandémie nous permette de tirer certaines leçons. Des leçons qui laisseront de la place pour des façons de faire autrement, pour une diminution du rythme effréné qu'imposent certaines de nos attentes sociales et qui est nécessairement vécu plus difficilement par les personnes qui s'en écartent. Je pense aux Autistes, mais aussi à toutes les personnes qui ont une expérience du handicap, aux personnes âgées, aux enfants, à plein d'autres groupes qui sont marginalisés du fait qu'ils ont un mode de vie qui s'écarte des normes de performance – qui ont d'ailleurs été beaucoup questionnées pendant cette pandémie.

