



TRAITEMENT D'UNE NOUVELLE EN SANTÉ MENTALE

GUIDE PRATIQUE POUR LES PROFESSIONNELS DES MÉDIAS



Lutte à la stigmatisation
en santé mentale

QUELQUES CHIFFRES

2/3!

**2/3 DES CANADIENS N'IRONT PAS
CERCHER DE L'AIDE CONCERNANT
LA SANTÉ MENTALE, DE PEUR
D'ÊTRE JUGÉS.**

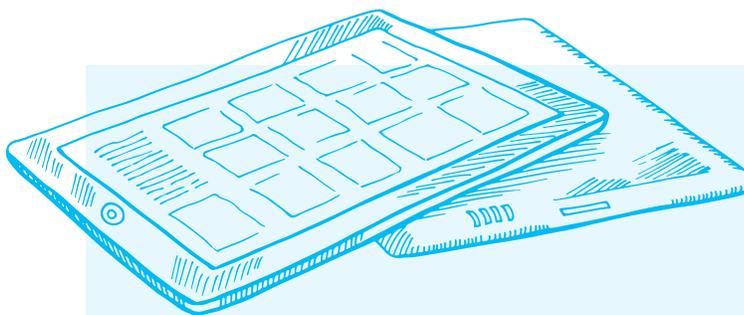
**Les personnes vivant ou ayant vécu
une problématique de santé mentale
commettent moins de 1 % des crimes
violents.**

POURTANT...

**40 % des articles canadiens abordant
la maladie mentale avaient comme
sujets principaux le danger, la violence
et la criminalité.**

1 5

**LES PROBLÈMES DE SANTÉ
MENTALE TOUCHENT 1/5
DES CANADIENS, MAIS LA
SANTÉ MENTALE TOUCHE
5/5 DES CANADIENS.**



Les résultats de l'enquête sociale générale de Statistiques Canada sur la confiance du public (2015) évoquent que 40 % des Canadiens font confiance aux médias institutionnels.

Sachant que les médias ont une influence significative sur l'opinion publique, une responsabilité sociale s'y rattache directement.

Cet outil a pour but de vous sensibiliser à la stigmatisation en santé mentale afin que vous puissiez assurer une vigilance particulière lors du traitement d'une nouvelle en lien avec la santé mentale.

Ce guide a été conçu dans une optique de respect de chaque individu vivant ou ayant vécu avec une problématique en santé mentale, sans oublier le respect de leurs proches. Nous espérons que ces quelques suggestions vous seront utiles.

LA STIGMATISATION ET SES EFFETS

DÉFINITION

ON DÉFINIT LA STIGMATISATION COMME UNE MARQUE DE HONTE, DE DISGRÂCE, DE DÉSAPPROBATION CONDUISANT UN INDIVIDU À ÊTRE ÉVITÉ ET REJETÉ PAR LES AUTRES.

NOUS SOMMES TOUS CONCERNÉS

Comme la santé physique, nous avons tous une santé mentale. Celle-ci peut être plus sensible à certains moments de notre vie, que ce soit lors d'un deuil, d'une peine d'amour, etc. Lorsque notre santé mentale se détériore, nous sommes plus à risque de développer une problématique, au même titre qu'un système immunitaire faible a plus de chance d'être affecté par un virus ou une maladie. Autrement dit, quelqu'un vivant avec la bipolarité peut avoir une santé mentale optimale et n'avoir aucun symptôme important, de par les moyens entrepris. De même sorte qu'une personne vivant avec un problème cardiaque peut, elle aussi, avoir une santé physique optimale de par ses habitudes de vie.

EFFETS

INDIVIDUELS

Baisse de l'estime de soi
Obstacle à l'acceptation des soins
Honte et culpabilité
Stress
Isolement
Autostigmatisation

SOCIAUX

Difficulté en employabilité
Difficulté à obtenir un logement
Difficulté de souscrire à une assurance
Difficulté d'adaptation
Marginalisation
Perte de crédibilité

STRUCTURAUX

Difficulté d'accès aux soins
Abandons thérapeutiques
Privations de liberté

ORIENTATIONS PRATIQUES



☆☆☆☆☆

Prendre position sur les faits évoqués.

Apporter des éléments incertains ou erronés.

Divulguer des photos portant atteinte à la dignité d'une personne.

Appeler la personne de par son diagnostic (la TPL, le bipolaire, le schizo, etc.) et/ou mentionner les termes « malade mental », « fou », « dérangé », etc.



☆☆☆☆☆

Rapporter les informations le plus objectivement possible, de façon concrète et utile. Fournir des informations vérifiées.

Publier une photo favorable ou neutre, ou bien ajouter le logo d'une ressource qui pourrait être référée.

Même en voulant rapporter ce qui a été dit, il est important de prendre conscience de l'incidence des mots. Il est important de distancer la personne de son diagnostic.

« LE PROBLÈME DE SANTÉ MENTALE NE NOUS DÉFINIT PAS. IL NOUS HABITE MAIS, EN TANT QU'ÊTRES HUMAINS, NOUS SOMMES BIEN PLUS QUE CELA. (...) NOUS FAISONS PARTIE DE LA SOCIÉTÉ. EN RECONNAISSANT CELA, JE CROIS QUE LES MÉDIAS CONTRIBUERAIENT LARGEMENT À RÉDUIRE LA STIGMATISATION ASSOCIÉE AUX PROBLÈMES DE SANTÉ MENTALE. »



Rick Owen, journaliste et écrivain de l'Ontario vivant avec une problématique en santé mentale.

PROPOSITION D'EXEMPLE FICTIF

La personne n'est pas son diagnostic. Nommer son nom ou bien utiliser les appellations Mme ou M.

Afin d'éviter le jugement péjoratif, il est recommandé de ne pas employer ce terme. Vous pouvez le remplacer par « hospitalisés dans le département en santé mentale ».

Il est suggéré d'éviter les interprétations puisqu'elles sont empreintes des perceptions individuelles.

Poser une question en suspens, sans s'appuyer sur des faits, peut encourager la stigmatisation.

UNE PERSONNE BIPOLAIRE DEMANDE DE L'APPUI À L'HÔPITAL

Mme Grandmont, atteinte du trouble bipolaire et membre d'un collectif de défense de droits de sa région, a déposé une plainte sur les mesures de contrôle des patients psychiatisés à son hôpital.

En effet, certaines méthodes, notamment pour diminuer les risques de chute, contrôler l'agressivité d'un patient envers lui ou les autres, sont utilisées en tant que mesures de contrôle. Toutefois, ces mesures seraient parfois utilisées pour « (...) contrôler les comportements des patients », affirme le rapport de plainte de Mme Grandmont.

Nous avons rencontré les infirmiers du milieu à l'hôpital qui semblaient avoir des rapports positifs avec les patients. « C'est au sein même de l'hôpital que l'équipe d'appui donne un avis spécialisé, souhaite établir surtout une relation de confiance avec le patient », précise le Cadre de santé.

« S'il y a eu des contentions, celles-ci sont essentielles car les personnes malades sont imprévisibles » continue-t-il. Vient alors à se demander s'il peut être important de prévenir plutôt que d'attendre une prochaine crise?

Favoriser la formulation : vivant ou ayant vécu avec une problématique de santé mentale, pour distancer la personne de son diagnostic.

Attention aux citations qui peuvent porter atteinte à l'intégrité des personnes concernées. Dans ce cas-ci, la généralisation est à éviter, sachant qu'elle n'est pas représentative de la réalité.



Cette photo pourrait porter atteinte à la dignité de la personne et engendrer davantage de préjugés défavorables envers les problèmes de santé mentale. Il est recommandé d'utiliser une photo neutre ou un logo d'une ressource d'aide en santé mentale de la région.

AUSSI CONSEILLÉ

Faire preuve d'ouverture d'esprit et de compassion, en voyant l'humain au-devant de la problématique.

Parler du traitement de la problématique et du rétablissement, afin d'axer sur le pouvoir individuel de la personne à s'en sortir.

Donner des renseignements sur les services en santé mentale offerts dans notre région.

S'intéresser et s'informer davantage sur la santé mentale et ses enjeux, car ceci engendre des effets bénéfiques sur nos perceptions.



ENSEMBLE POUR L'INCLUSION SOCIALE

RESSOURCES EN SANTÉ MENTALE



Il existe plusieurs ressources d'aide dans ce domaine et il est recommandé de partager celles-ci lors de la diffusion d'une nouvelle en santé mentale. En plus d'offrir l'information nécessaire en cas de besoin, cela permet de s'ouvrir sur l'appui offert en santé mentale auprès de la population. Consultez le site Internet de l'Association des Ressources Alternatives et Communautaires en Santé Mentale du Saguenay–Lac-Saint-Jean pour un aperçu des ressources disponibles localement : www.aracsm02.ca

RÉFÉRENCES

Pour approfondir davantage sur la stigmatisation en santé mentale

Association québécoise pour la réadaptation psychosociale : cadre de référence
<https://aqrp-sm.org/wp-content/uploads/2014/04/cadre-de-reference-GPS-SM.pdf>

Commission de la santé mentale du Canada
<https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/ce-que-nous-faisons/stigmatisation-et-discrimination>

Bell cause pour la cause
<https://cause.bell.ca/fr/facon-aider>

Résumé de recherche de Robert Whitley, chercheur et professeur au Centre de recherche de l'hôpital Douglas
<https://douglas.research.mcgill.ca/fr/rob-whitley>

Le Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH)
<https://www.camh.ca/fr/info-sante/sante-mentale-101>

POUR TOUTE QUESTION :



[Luttstigmatisation02](https://www.facebook.com/Luttstigmatisation02)



acsmspromotion@videotron.ca



Lutte à la stigmatisation
en santé mentale