

Les enjeux de la lutte contre la stigmatisation des problèmes de santé mentale

Aude CARIA
Directrice du Psycom

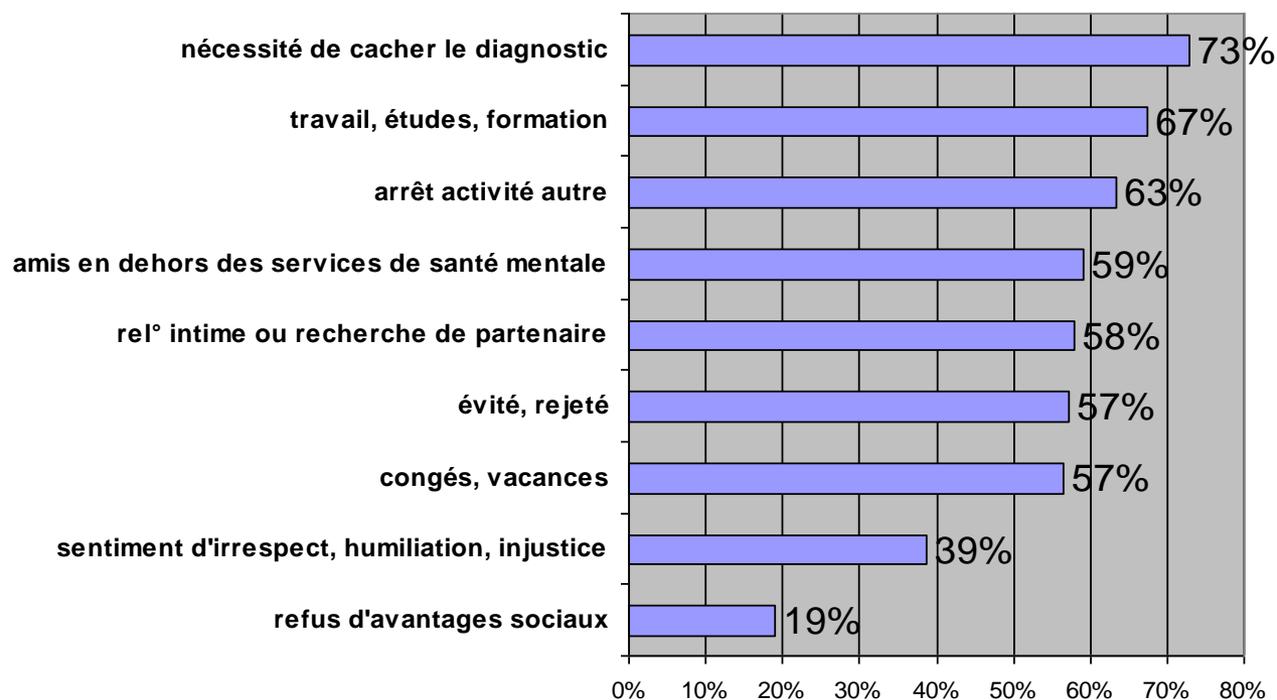
ARS Nouvelle Aquitaine – 27/11/17



La stigmatisation des questions de santé mentale

Le constat...

La discrimination vécue du fait d'un diagnostic de schizophrénie (Etude INDIGO, CCOMS, Site France)



Mais aussi...

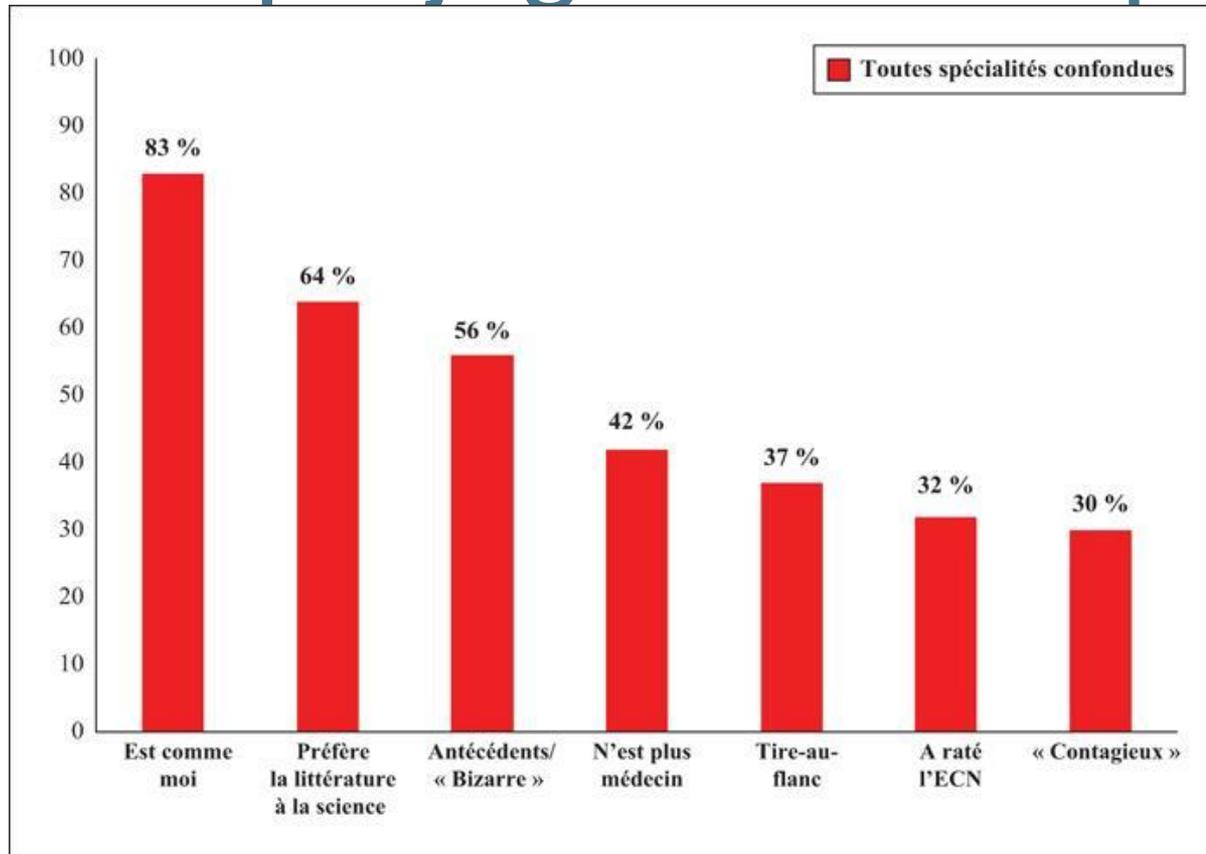
- **Sur les familles** : une absence d'écoute introspective. La **très mauvaise santé globale des aidants**.

Source : conférence CHSA « Les aidants dans le soin » Pascal Jannot, directeur de la « Maisons des Aidants »

- **Sur les professionnels** : **dévalorisation** de la part des soignants en soins généraux, perte de savoir technique, travaillant dans un contexte violent, avec une charge de travail moindre.

Source : D.Chevallier, *Psychiatrie, stigmatisation et étudiants infirmiers : influence et déterminants pour un projet d'exercice professionnel* (2007)

Les préjugés sur les psychiatres



1296 internes : 760 internes de psychiatrie (taux de réponse de 69 %, N = 1100) et 536 internes issus de 5 autres spécialités, dont 60 internes de neurologie, 123 d'anesthésie-réanimation, 43 internes de chirurgie orthopédique, 57 de pédiatrie et 253 de médecine générale

D. Sebbane, [Les internes de psychiatrie vus par leurs confrères : jugés de près mais préjugés.](#)
L'Information psychiatrique, 2015/5 Vol 91



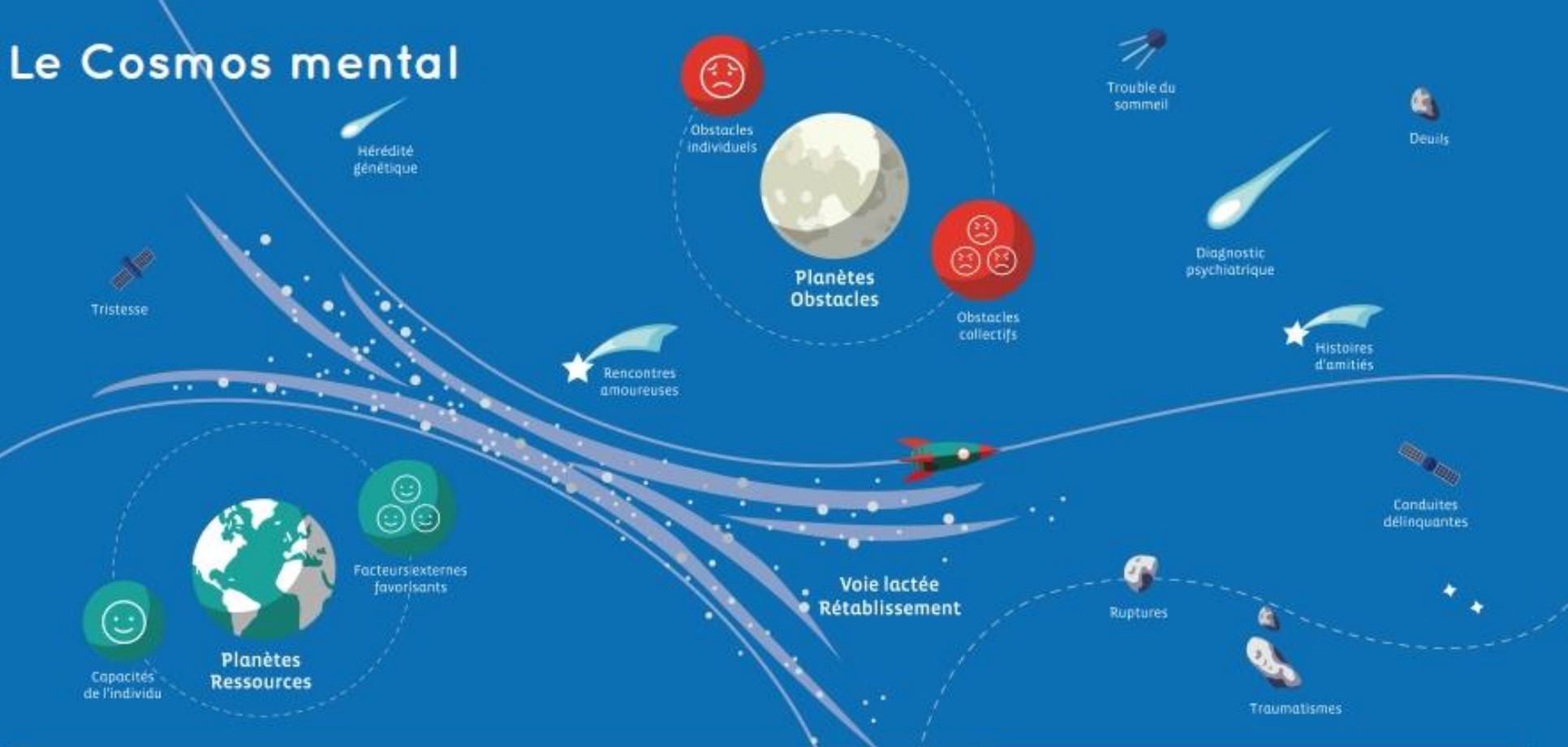
Un enjeu fort de santé mentale publique : la lutte contre la stigmatisation

Parce-que la stigmatisation :

- Retarde l'accès aux soins
- Diminue l'estime des personnes qui la subissent
- Réduit les possibilités d'accéder à un logement et à un emploi
- Nuit aux relations intimes
- Génère des comportements d'auto-stigmatisation et de stigmatisation anticipée

Pourquoi les CLSM sont-ils bien placés pour agir ?

Le Cosmos mental



Planète Ressources

Facteurs externes favorisants : entourage bienveillant, traitement adapté, hygiène de vie saine, implication dans la communauté, écoute, acceptation, reconnaissance psychothérapies, psycho-éducation, informations sur la santé mentale, l'entraide entre personnes concernées, relaxation, méditation...

Capacités de l'individu : introspection, insight, résilience, demander de l'aide, connaître et comprendre ses émotions, connaître et comprendre son stress et ses difficultés, développer des relations empathiques, capacité à se mobiliser, être capable d'être acteur de sa vie, de sa santé, de se défendre.

Planètes « obstacles »

Collectif : stigmatisation, pas d'accès aux soins, isolement, précarité, environnement anxigène...

Individuel : autostigmatisation, consommations de produits, prises de risques, déni...

Balises (signaux d'alerte)

Mise à l'écart, tristesse, incapacité à faire face aux tâches quotidiennes, répétition d'une même douleur/ problème, troubles du sommeil, succession d'échecs, blessures volontaires, consommation excessive de produits psychoactifs, restriction alimentaire excessive, prises de risque variées, tentative de suicide, conduites délinquantes...

Étoile filante de la vie

Grossesse, rencontres amoureuses, histoires d'amitiés, la vie scolaire...

Astéroïd « Accidents de parcours »

Deuils, traumatismes, ruptures, maladies, accidents, faits divers, guerre

Les comètes « faits »

Diagnostic psychiatrique, environnements anxigènes, hérédité génétique

Source : schéma développé au cours d'un séminaire des réseaux de soutien communautaire, des compétences psychosociales et de résilience (voir www.mindfulness.be et www.mindfulness.be)

Les déterminants de la santé mentale...?

En actions...

Intervention précoce
Petite enfance

Prg de lutte
contre
les discriminations

Accompagnement
pers. âgées isolées

L'environnement
social (isolement / entourage)

Le contexte socio-
économique
(Chômage/emploi/bénévolat)

L'accès socioculturel
(culture/lieu de vie/dynamique
locale...)

Le contexte politique
(sécurité/insécurité ;
égalité/inégalités)

L'environnement de
vie (logement/conditions de
vie/santé physique...)

Prg à l'attention
Groupes vulnérables

Prévention stress
travail

Politique de
logement

Prg dvt
communautaires

Prévention
violences

...



Travailler sur les représentations, un enjeu important car...

- Les personnes vivant avec un trouble psychique disent souffrir davantage de la stigmatisation que des symptômes eux-mêmes.¹
- Les stéréotypes engendrent des amalgames qui eux-mêmes peuvent amener à des comportements discriminatoires.²
- La méconnaissance de ces problématiques génère l'effet « patate chaude » où chacun se renvoie la responsabilité d'agir. Or la santé mentale est un fait social au croisement de plusieurs champs de compétences.³

Contact

Psycom
11, rue Cabanis
75014 Paris
www.psycom.org
contact@psycom.org