



# Troubles psychiques et stigmatisation

Dr. Alice Oppetit

## DÉFINITION

La stigmatisation d'un individu a lieu lorsqu'une « étiquette » lui est attribuée par la société : cette étiquette véhicule des stéréotypes et entraîne des comportements discriminatoires.

Les stéréotypes sur les personnes souffrant de troubles psychiques sont nombreux : ce sont des idées reçues telles que « les schizophrènes sont dangereux », ou « les dépressifs manquent de volonté ». Ils engendrent des comportements discriminatoires (rejet, exclusion) qui ont des conséquences dramatiques.

## ETAT DES LIEUX

Il est plus facile de désintégrer un atome qu'un préjugé », Albert Einstein

D'après l'enquête IPSOS - Fondation Pierre Deniker 2016 :

- 26% des 15-25 ans ne seraient pas prêts à s'asseoir à côté d'une personne atteinte d'une maladie mentale dans le bus
- 51% des 15-25 ans pensent que les personnes atteintes de maladies mentales sont dangereuses pour les autres
- 86% des 15-25 ans ne seraient pas prêts à être en couple avec une personne atteinte d'une maladie mentale

Le Haut Conseil de Santé Publique 2014 affiche comme prioritaire la lutte contre la stigmatisation des maladies mentales et de la psychiatrie.

## CONSÉQUENCES DE LA STIGMATISATION

Les conséquences de la stigmatisation sont multiples :

- conséquences sur un plan personnel : baisse de l'estime de soi, sentiment de honte, de culpabilité, d'infériorité, stress, isolement
- conséquences sociales : exclusion du monde du travail, difficultés à obtenir un logement, pertes des droits civiques (mise sous tutelle ou sous curatelle), difficultés d'adaptation, marginalisation
- conséquences sur les soins : difficultés d'accès aux soins, abandons thérapeutiques, privations de liberté, manque d'information



## LEVIERS D'ACTION

Les 3 types d'action :

- Les actions militantes ou « de contestation » : supprimer les attitudes discriminatoires et remettre en question les notions stigmatisantes courantes
- Les actions éducatives ou « éducation » : réfuter les mythes courants à l'égard des maladies psychiques par l'argumentation et le débat
- Les actions d'identification ou « basées sur le contact » : mettre un visage sur les troubles psychiques – que ce soit celui de célébrités ou de gens ordinaires

Comment agir ?

- Augmenter le niveau de connaissance : promouvoir l'information. La conception médicale neurobiologique des troubles améliore l'acceptation des soins.
- Impliquer les personnes ayant une expérience directe de la stigmatisation : patients, familles de patients.
- Agir avec les médias : formation des journalistes, lutter contre la diffusion d'informations stigmatisantes
- Agir en proximité (conseils locaux de santé mentale par exemple) et de manière régulière avec les partenaires : les actions doivent être répétées car leurs effets ne durent pas longtemps.
- Agir auprès de groupes ciblés (jeunes, enseignants, élus, policiers...) : les résultats des actions menées sont plus favorables auprès de petits groupes.

## POUR EN SAVOIR PLUS

Psycom, organisme public d'information, de communication et de formation sur la santé mentale : <http://www.psycom.org>

SISM, Semaines d'Information de la Santé Mentale : [www.semaine-sante-mentale.fr](http://www.semaine-sante-mentale.fr)

Programme Papageno du traitement du suicide dans les médias - Ecole supérieure de Journalisme (ESJ Lille) : <https://papageno-suicide.com/>

FNAPSY, Fédération Nationale des Associations d'Usagers en Psychiatrie : <https://www.fnapsy.org/>

MAD DAYS, évènements culturels lors de la Journée Mondiale de la Santé Mentale : <http://maddays.fr/>