

LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION

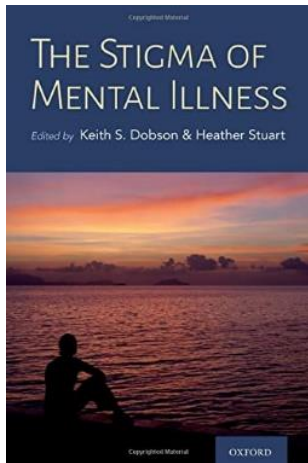


Votre infolettre mensuelle

Octobre 2022 | Numéro 6

LA STIGMATISATION EN SANTÉ MENTALE - UN PEU DE LITTÉRATURE !

L'infolettre nous tient à cœur et fait partie de la mission de l'Association québécoise de la réadaptation psychosociale (AQRP) de vous informer sur la stigmatisation et la discrimination en santé mentale. Pour cette édition et la suivante, nous vous partagerons quelques données issues de la littérature récente.



En effet, nous souhaitons vous partager un résumé du troisième chapitre de l'ouvrage de Heather Stuart, 2021, intitulé « *The Stigma of Mental Illness; Models and Methods of Stigma Reduction* ».

On y retrouve **les stratégies les plus efficaces pour réduire la stigmatisation**, appuyées par des données probantes récentes. Plusieurs faits et recommandations sur les meilleures interventions vous seront donc présentés dans cette édition de votre infolettre.

Quant à la prochaine infolettre (30 novembre 2022), celle-ci portera sur le nouveau livre « [Préjugés, discrimination et exclusion en santé mentale](#) » un ouvrage collectif codirigé par

Luc Vigneault, pair aidant et patient partenaire à l'Université Laval, et Tania Lecompte, professeure à l'Université de Montréal. Nous vous proposerons sous forme de vidéo, un entretien intimiste avec l'auteur et nous vous présenterons ce livre fort pertinent qui marie les savoirs expérientiels et les connaissances scientifiques en cette matière.

Bonne lecture!

Billy Drolet, chargé de projet à la lutte contre la stigmatisation
Guillaume Picard, auxiliaire de recherche



Octobre 2022 | Numéro 6

LA STIGMATISATION EN SANTÉ MENTALE

UN PEU DE LITTÉRATURE!

BRÈVE PRÉSENTATION DE L'OUVRAGE ET DE L'AUTEURE :

Heather Stuart est une enseignante canadienne à l'Université Queen's en Ontario dans des départements en lien avec la santé, comme la psychiatrie. Elle détient un doctorat en épidémiologie et s'investit dans la recherche sur la stigmatisation. Elle a rédigé au-delà de 120 articles scientifiques et deux livres sur ce sujet, selon « ResearchGate » en 2022, mais ces nombres sont plus élevés en réalité^{1,2}.

L'un de ses ouvrages, intitulé "The Stigma of Mental Illness; Models and Methods of Stigma Reduction", et publié en 2021, apporte une perspective riche sur le phénomène de stigmatisation liée aux troubles de santé mentale. On y retrouve des données très récentes (2021), plusieurs recommandations sur les enjeux de stigmatisation et une description complète du phénomène. Plusieurs de nos recherches, notamment nos infolettres, sont appuyées par ce livre^{1,2}.

RÉSUMÉ DU CHAPITRE 3 : LES STRATÉGIES DE LUTTE :

Maintenant, nous allons vous présenter le sujet principal de l'infolettre. Il s'agit de tracer un portrait global des stratégies pour lutter contre la stigmatisation, inspiré du chapitre 3 du livre de Stuart (2021)³.

Pour débiter, vous trouverez à la page suivante un tableau qui résume les différentes stratégies, leurs mécanismes d'actions propres, les cibles qu'elles visent et les résultats souhaités. Nous sommes conscients qu'il est un peu chargé, afin qu'il puisse tenir sur une page. Cependant, nous considérons qu'il vaut la peine d'être consulté.

Ce tableau aide à obtenir une vision d'ensemble des stratégies de lutte contre la stigmatisation. Toutefois, selon Stuart (2021), les recherches permettant d'en démontrer l'efficacité demeurent limitées, particulièrement pour certaines stratégies. Puisque le processus de stigmatisation est multifactoriel et systématique, il n'existe pas une seule approche pouvant éradiquer, à elle seule, la stigmatisation. Pour y arriver, nous avons besoin d'un plan concerté, agissant à plusieurs niveaux et maintenu dans le temps.

LA STIGMATISATION EN SANTÉ MENTALE

UN PEU DE LITTÉRATURE!

TRADUCTION LIBRE DES PRINCIPALES STRATÉGIES SELON H. STUART (2021)

STRATÉGIES	MÉCANISMES D' ACTIONS	CIBLES	RÉSULTATS SOUHAITÉS
Réforme législative	<ul style="list-style-type: none"> - Déployer et adopter des lois de protection - Retirer des lois discriminatoires 	<ul style="list-style-type: none"> - Système juridique - Législateurs 	<ul style="list-style-type: none"> - Amélioration de la protection des droits et libertés - Amélioration de l'accès aux droits sociaux - Réduction des inégalités sociales
Plaidoyer-Militer	Utiliser différentes approches pour que la santé mentale devienne une priorité pour les gens qui prennent des décisions	<ul style="list-style-type: none"> - Politiciens - Décideurs politiques - Législateurs - Bailleurs de fonds 	<ul style="list-style-type: none"> - Meilleure reconnaissance au niveau politique - Réformes politiques - Amélioration des services - Réduction des inégalités sociales - Faciliter les voies de recours
Protester	Objection formelle (souvent par écrit) aux représentations négatives (stigmatisation)	<ul style="list-style-type: none"> - Leaders d'opinion - Agents de la stigmatisation (ex. : politiciens, journalistes, dirigeants d'entreprises) 	<ul style="list-style-type: none"> - Réprimer les attitudes négatives - Retirer les représentations négatives et le contenu
Éducation par l'utilisation de la stratégie de contact	Rencontres avec des gens vivant avec un trouble de santé mentale et qui le gère avec succès; implique habituellement des opportunités d'échanges, de discussion et d'apprentissage	<ul style="list-style-type: none"> - Population en générale ou - Sous-groupes choisis : exemples : étudiants, personnel médical, policiers 	<ul style="list-style-type: none"> - Réduire les stéréotypes - Améliorer les attitudes - Développer l'empathie - Réduire le désir de s'éloigner ou d'éviter les gens
Éducation	Remplacer les mythes et les fausses croyances avec des informations exactes	<ul style="list-style-type: none"> - Population en générale ou - Sous-groupes choisis 	<ul style="list-style-type: none"> - Amélioration des connaissances - Meilleure connaissance du vocabulaire en santé mentale - Meilleure reconnaissance des symptômes - Encourager les gens à demander de l'aide rapidement
Travail sur l'autostigmatisation (stigmatisation internalisée) et le soutien par les pairs	Apprentissage sur soi encadré par des pairs aidants et des pairs aidants travaillant dans ou en parallèle avec les programmes traditionnels en santé mentale	<ul style="list-style-type: none"> - Personnes vivant avec un trouble de santé mentale ou - Membres de l'entourage 	<ul style="list-style-type: none"> - Diminution de l'impact de la stigmatisation chez les personnes - Diminution de l'autostigmatisation - Meilleure estime de soi

LA STIGMATISATION EN SANTÉ MENTALE

UN PEU DE LITTÉRATURE!

Toujours selon Stuart (2021), voici des considérations clés pour construire une approche ou une stratégie de lutte contre la stigmatisation :

- Lorsque l'on détermine la stratégie à utiliser, il est primordial d'adapter l'intervention à la clientèle visée, en fonction de la nature de la problématique, ainsi que de l'objectif visé.
- Évidemment, les approches varient énormément en fonction de la cible (stigmatisation structurelle versus stigmatisation individuelle).
- La création d'une approche allant toucher simultanément plusieurs niveaux améliore l'efficacité à réduire la stigmatisation.
- Les approches fondées sur les données probantes sont en développement, donc il est important que les chercheurs collaborent avec les intervenants sur le terrain pour évaluer l'impact des programmes, autant les effets anticipés que ceux qui ne l'étaient pas.
- Pour augmenter nos chances de réussir, on doit s'assurer que nos interventions soient fondées sur des théories du changement solides et non seulement sur des croyances.

En espérant que cette édition vous aura plu, nous vous invitons à nous faire part de vos suggestions ou commentaires en écrivant à l'adresse bdrolet@aqrp-sm.org.

Billy Drolet, chargé de projet et Guillaume Picard, agent de projet.

Bibliographie

¹ Queen's University. « Dr. Heather Stuart PhD ». <https://phs.queensu.ca/https://phs.queensu.ca/faculty-research/heather-stuart> (Octobre, 2022).

² ResearchGate. « Heather Stuart ». <https://www.researchgate.net/https://www.researchgate.net/profile/Heather-Stuart> (Octobre, 2022).

³ S. Dobson Keith et Heather Stuart. 2021. *The Stigma of Mental Illness: Models and Methods of Stigma Reduction* Hardcover. Oxford: Oxford University Press.