

« *Stigmatisation* »



*Au cours d'une année,
1 Canadien sur 5
éprouvera un problème
de santé mentale.*

Stigmatisation... une croyance ou une attitude négative que les gens ou la société ont envers des groupes ou des individus en raison de comportements ou d'attributs spécifiques perçus comme différents ou socialement inacceptables. La stigmatisation peut entraîner un traitement injuste envers une personne ou un groupe de personnes.

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale



« *Stigmatisation* »

La stigmatisation associée aux problèmes de santé mentale peut dissuader, voire empêcher complètement les personnes de rechercher de l'aide. Par conséquent, la compréhension et la lutte contre la stigmatisation sont des préoccupations de santé publique à l'échelle mondiale.



**3 personnes sur 5 ne
chercheront PAS d'aide
par peur d'être
stigmatisées.**

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale

Types de « stigmatisation »

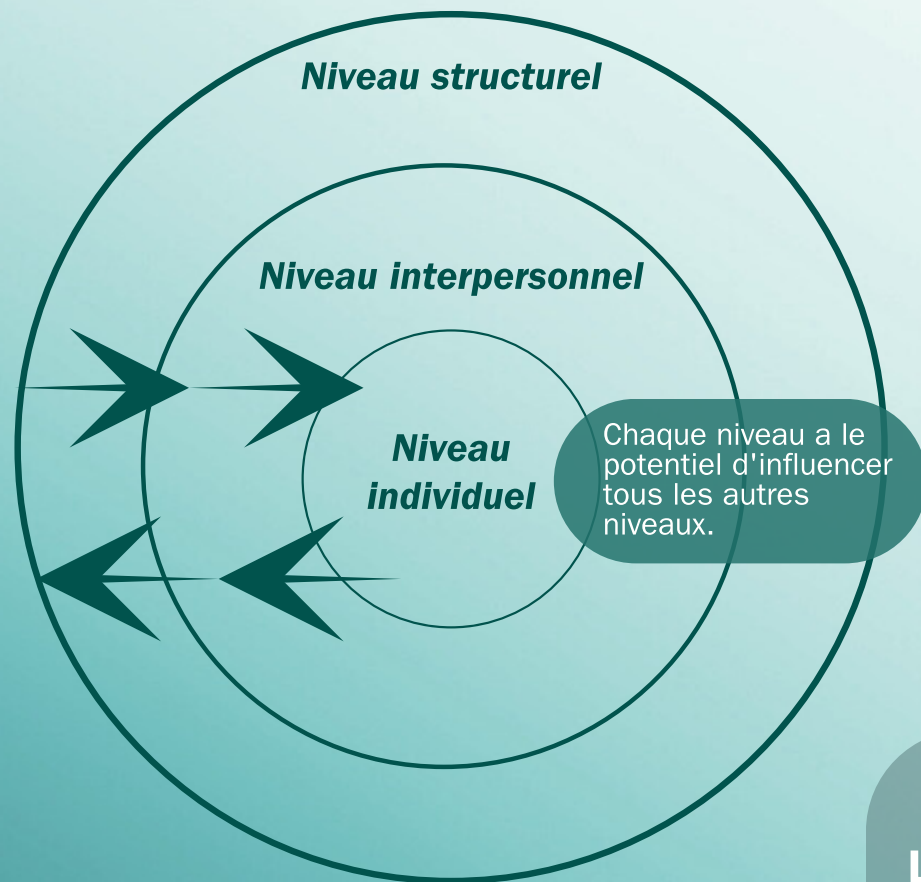


Terme	Définition	Exemples
Stigmatisation structurelle	Traitement injuste, intentionnel ou non, des personnes atteintes de problèmes de santé mentale.	Couverture d'assurance moindre, pratiques d'embauche discriminatoires, services de santé mentale limités.
Stigmatisation publique	Stéréotypes, préjugés ou discrimination dirigés envers les personnes atteintes de problèmes de santé mentale.	Accès réduit à l'emploi, au logement sécurisé et à des soins de santé de qualité. Étiquette la personne comme paresseuse, peu fiable, personnellement responsable.
Auto-stigmatisation	Une personne atteinte de problèmes de santé mentale applique des stéréotypes négatifs à elle-même.	Sentiments de honte, de culpabilité, de dévalorisation et croyance en sa propre infériorité ou en son indigne.
Stigmatisation par association	Stéréotypes, préjugés ou discrimination dirigés envers les amis, la famille et les prestataires de soins d'une personne atteinte de problèmes de santé mentale.	Les membres de la famille étant exclus des événements sociaux ; les travailleurs de la santé étant marginalisés pendant la pandémie.

Subir la stigmatisation peut entraîner le rejet social et le repli sur soi, la honte et des sentiments de désespoir, un diagnostic et un traitement retardés, ainsi que la perte de bien-être

#L'importance des mots

Lutter contre la « stigmatisation »



Approches structurelles

Les changements de politique (au travail et au gouvernement) ainsi que la couverture médiatique encouragent le bien-être et l'accès aux opportunités et aux ressources.

Approches interpersonnelles

Les interventions basées sur le contact et la participation communautaire encouragent le partage d'histoires personnelles et l'humanisation des groupes ou des individus stigmatisés.

Approches individuelles

La littératie en santé mentale, l'éducation et l'accès aux ressources thérapeutiques visent à influencer la manière dont les gens pensent, ressentent ou se comportent à propos d'eux-mêmes, ou à changer la perception du public à l'égard d'un groupe de personnes.

L'empowerment est un puissant moteur du changement. Donner la parole aux personnes qui subissent la stigmatisation a le potentiel d'influencer les réformes.

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale

Lutter contre la « stigmatisation »



Éduquez-vous, votre famille et vos amis sur la santé mentale : prenez la parole et remettez en question les idées fausses ou les commentaires négatifs.

Soyez attentif à votre langage; les mots peuvent nuire ou donner du pouvoir, choisissez un langage inclusif et valorisant qui reconnaît l'individu et encourage la positivité, l'acceptation et l'espoir.

Parlez ouvertement de la santé mentale. Écoutez les expériences vécues des autres et partagez les vôtres si vous vous sentez à l'aise et en sécurité pour le faire.

Plaidez en faveur d'une amélioration de l'accès aux soins de santé, de la programmation proactive et des ressources anti-stigmatisation à tous les niveaux.

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale

Ressources



Pour le personnel de sécurité publique et les travailleurs de la santé, il existe des ressources conçues pour réduire la stigmatisation et améliorer les attitudes envers la santé mentale et les soins.

Programme de formation: Formation de première ligne pour la résilience mentale (R2MR) : Parmi les avantages, le R2MR aborde les obstacles à la recherche de soins de santé mentale, y compris la stigmatisation, et décrit les procédures d'évaluation des ressources en santé mentale.

Briser le silence: Une application de santé mentale en ligne conçue pour les travailleurs de la santé, afin de réduire les obstacles à l'accès aux informations et au soutien en santé mentale, et de permettre un accès en temps réel à un soutien confidentiel entre pairs.

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale

#l'importance des mots

Collaborateurs



CIPSRT

Canadian Institute for Public Safety
Research and Treatment



ICRTSP

Institut canadien de recherche et
de traitement en sécurité publique

Canadian Institute for
Pandemic Health
Education and Response

CIPHER



ICEISP

Institut canadien
d'éducation et d'intervention
en santé en cas de pandémie

Funding provided by:



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

#l'importance des mots

Références



Cook, J.E., Purdie-Vaughns, V., Meyer, I. H., & Busch, J. T. (2014). Intervening within and across levels: A multilevel approach to stigma and public health. *Social Science and Medicine*, 103, 101-109. DOI: [10.1016/j.socscimed.2013.09.023](https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2013.09.023)

Corrigan, Pw, Druss, BG, Perlick, DA. The Impact of Mental Illness Stigma on Seeking and Participating in Mental Health Care. *Psychological Science in The Public Interest*. 2014, 15(2);37-70.

Heijnders, M., & Van Der Meij, S. (2006). The fight against stigma: An overview of stigma-reduction strategies and interventions. *Psychology, Health, and Medicine* 11(3), 353-363.
<https://doi.org/10.1080/13548500600595327>

The Mental Health Commission of Canada.(MHCC). Anti-Stigma. Accessed August 30th, 2023.
<https://mentalhealthcommission.ca/what-we-do/anti-stigma/>

The Canadian Mental Health Association (CMHA), 2021. Fast Facts about Mental Health and Mental Illness. Accessed August 30th, 2023. <https://cmha.ca/brochure/fast-facts-about-mental-illness/>

The Centre for Addictions and Mental Health (CAMH, n. d.). Accessed on August 30th, 2023, <https://www.camh.ca/en/driving-change/addressing-stigma>

Vigo D. The Health Crisis of Mental Health Stigma. *Lancet*. 2016 387:1027. Available online: <http://www.thelancet.com/article/S0140673616006875/fulltext->

Vogel, D., & Wade, N. (Eds.). (2022). *The Cambridge Handbook of Stigma and Mental Health* (Cambridge Handbooks in Psychology). Cambridge: Cambridge University Press.
doi:10.1017/9781108920995

Canadian Institute for
Pandemic Health
Education and Response

CIPHER



ICEISP

Institut canadien
d'éducation et d'intervention
en santé en cas de pandémie