



## STIGMATISATION – GROUPE D'INTERÊT DES JEUNES

---

*Le 21 septembre 2006, sept jeunes ont participé à une séance de discussion organisée en partenariat avec Youth Net/Réseau Ado Ottawa, pour parler de diverses questions touchant la santé mentale des enfants et des adolescents. Vous trouverez ci-après un résumé des interventions faites et des anecdotes racontées au sujet de la stigmatisation que subissent et des défis que doivent relever les adolescents présentant des problèmes de santé mentale.*



Les participants au groupe d'intérêt ont parlé tout particulièrement de l'importance de raconter des expériences vécues pour combattre la stigmatisation entourant la maladie mentale et augmenter la force collective des personnes engagées dans cette lutte. Tous les jeunes désiraient vivement trouver des solutions à cette grande question de recherche. Ils ont formulé des idées extrêmement intéressantes et originales sur la manière de lutter contre la stigmatisation.

### **Discussion concernant la stigmatisation**

- Les adolescents aux prises avec une maladie mentale tombent dans une troisième catégorie de stigmatisation (du fait qu'ils sont jeunes et souffrent d'une maladie mentale).
- La stigmatisation est présente au sein des familles.
- Le fait de fréquenter l'école McHugh entraîne la stigmatisation parce que « c'est là que les jeunes "psychos" sont envoyés ».
- La stigmatisation touche les gais et lesbiennes (observation d'une lesbienne ayant une maladie mentale).
- Papa pense que la thérapie « ne vaut rien » – et son attitude est celle de déni à cause de la stigmatisation négative entourant la santé mentale dans de nombreuses familles. Youth with mental illness fall into a third category of stigma (because they are youth and have a mental illness)

### **Discussion des expériences de stigmatisation**

- La première fois qu'un garçon a été admis à l'hôpital, sa mère, qui est pédiatre, n'a pas pu accepter qu'il faisait une dépression (« ce n'était probablement pas le bon diagnostic! »)
- Quand un autre garçon a commencé à fréquenter un collègue à temps partiel, ses pairs lui ont demandé pourquoi il était exempté de certains cours (ce qui n'est permis que pour des raisons médicales); la vérité pouvant mener à un ostracisme, il a menti.



- La directrice adjointe a fait des difficultés à une participante quand celle-ci s'est inscrite à l'école. Elle n'a pas voulu reconnaître la situation personnelle de la jeune fille (« elle n'a pas écouté ») et n'a pas tenu compte du fait qu'elle était motivée à apprendre et à rester à l'école. Elle n'a fait preuve d'aucune souplesse à son égard et a insisté pour appliquer le « règlement de l'école ».
- De nombreuses écoles renvoient les jeunes qui se font du mal (une réaction résultant de la stigmatisation et de l'ignorance).
- Si tu fais des bêtises, les gens vont dire : « Tu vois bien, je t'avais dit qu'elle était folle ».
- Tous les participants ont parlé de la stigmatisation en salle d'urgence. On vous met toujours en bas de la liste – la stigmatisation existe donc aussi au sein du système de santé, à l'hôpital, où les gens sont supposés vous soigner.
- Une autre personne a déclaré : « Je dois garder le silence à cause de la stigmatisation possible ».

### Témoignages écrits

- « Je faisais du bénévolat dans un refuge pour les sans-abri et, à la fin de mon travail, je devais prendre l'autobus pour rentrer à l'établissement psychiatrique où j'étais hospitalisé. Celui-ci se trouvait à l'autre bout de la ville. J'attendais à l'arrêt et le dernier autobus de la nuit est arrivé. J'ai demandé s'il se rendait jusqu'à l'hôpital psychiatrique. La conductrice m'a demandé pourquoi je voulais aller là-bas et quand je lui ai répondu que j'étais un patient de cet hôpital, elle a immédiatement fermé la porte et l'autobus s'est éloigné. J'ai dû marcher une heure et demie dans la neige pour rentrer. »

*Question de recherche* : « Comment pouvons-nous combattre la stigmatisation individuellement et collectivement et est-il possible de contacter de grandes entreprises en vue d'obtenir des dons qui nous permettraient de mieux nous faire entendre? »

- « Habillé comme un Goth, on m'a jugé dangereux et instable. »

*Question de recherche* : « Pourquoi le style est-il entouré d'une telle stigmatisation? »

- « Mon ancienne école estimait que je rendais l'école dangereuse quand je suis revenu de l'hôpital et on m'a donc demandé de partir parce qu'on considérait que je posais des risques. »

*Question de recherche* : « Pourquoi moi? »

- « Nous avons eu du mal à nous entretenir avec un membre de la famille qui refuse de soutenir un enfant ou un autre membre de la famille souffrant d'une maladie mentale. La famille ne veut plus s'occuper de cette personne, la rejette ou use de la violence verbale à son égard. Mon grand-père a envoyé à ma cousine un message ou un courriel lui disant que si nous nous rencontrions, elle devrait faire très attention parce que j'ai été très déprimée et suicidaire et que je porte des vêtements noirs et de grandes croix, à la manière des gothiques. Il a pensé que je représenterais une influence dangereuse pour ma cousine et lui a





conseillé de ne pas me voir. Il a fait en sorte qu'il me soit difficile de passer du temps avec ma famille. Mon grand-père m'a aussi dit de ne pas parler à ma grand-mère de mes problèmes et de ce que je ressentais parce qu'il estime qu'elle n'a pas à se préoccuper de mes ennuis personnels. »

*Question de recherche* : « Comment expliquer non seulement les problèmes de santé mentale, mais aussi les effets nuisibles que la discrimination peut avoir sur une personne malade? Comment faire part de son expérience de manière sécuritaire et confortable et comment entendre quelqu'un parler de sa maladie sans se sentir mal à l'aise? »

- « Les mots maladie mentale font naître des images d'asile de fous dans la tête de beaucoup de gens qui ne sont pas bien renseignés sur la question. Dire à de nouveaux amis que j'ai rencontrés à l'université qu'on a diagnostiqué chez moi une maladie mentale suscite de longues conversations où transparaissent l'embarras et les préjugés. Les gens de mon âge ont l'impression qu'avoir une maladie mentale signifie être fou et dangereux. On me demande souvent comment j'ai réussi à travailler deux ans dans une garderie en ayant une maladie mentale. La stigmatisation est souvent si brutale que j'évite tout simplement d'aborder le sujet, à moins que ce ne soit nécessaire. Mes parents prennent beaucoup de précautions pour formuler leurs phrases quand ils parlent de mon trouble panique. Bien que je n'éprouve pas personnellement de honte à être comme je suis, je me rends compte que d'autres peuvent en ressentir. »

*Question de recherche* : « Comment expliquer les symptômes des troubles de l'humeur et la manière dont ceux-ci affectent la capacité d'un malade, son jugement et sa compréhension de la réalité? »

- « Quand j'étais en 11 e année, j'ai commencé à présenter de plus en plus de problèmes de santé mentale et mon anxiété dépressive a augmenté jusqu'à ce que j'en arrive à penser au suicide. J'ai passé environ quatre mois à l'hôpital et, à mon congé, les autorités scolaires n'ont pas voulu que je revienne en classe par peur que je me suicide à l'école. En fait, elles n'étaient pas préoccupées par le fait que je puisse me suicider, mais par la possibilité que je le fasse à l'école, ce qui aurait causé des perturbations. On a associé ma dépression au suicide, parce qu'on avait une conception erronée de l'hospitalisation. »

*Question de recherche* : « Je n'en suis pas tout à fait sûr, mais je pense que la sensibilisation est une question qui devrait être soulevée. »





### Discussion des solutions

- Si nous n'étions pas obligés de nous cacher, nous pourrions parler avec beaucoup plus de force contre la stigmatisation.
- Il faut donner aux gens la possibilité d'être en contact avec des personnes souffrant d'une maladie mentale.
- Les gens ont peur parce qu'ils ne savent pas. Il faut les renseigner, leur expliquer les différentes maladies, leur faire connaître davantage les symptômes.
- Il est bon d'avoir une porte-parole célèbre (comme Margaret Trudeau).
- On a besoin d'un jeune héros qui rendrait la maladie mentale plus acceptable pour la société.
- Il faut montrer le côté humain de la maladie mentale en racontant des histoires personnelles.
- On a besoin de normes plus élevées en matière d'évaluation des risques.
- Il faut démystifier la maladie mentale en encourageant, au moyen de subventions, les personnes qui en sont atteintes à parler de leur expérience personnelle et à la mettre par écrit.
- Il faut défendre les intérêts des jeunes et non pas se contenter de leur demander de raconter leur histoire sans les soutenir.
- Publicité = Johnny Depp et un « gothique » quelconque. Lequel des deux a un trouble de l'humeur?
- Il est nécessaire de rendre la maladie mentale socialement acceptable, comme le sida, et de rappeler que n'importe qui peut souffrir d'une maladie mentale. Il faudra cependant du temps pour inculquer ces idées aux gens.
- IL NE FAUT PAS que les subventions proviennent d'entreprises pharmaceutiques, car ce serait contraire à l'éthique, celles-ci ne comprenant pas la situation et se rendant elles-mêmes coupables de stigmatisation.
- Il faudrait trouver une entreprise respectable, spécialisée dans le domaine du vêtement, par exemple, pour faire passer le message que la maladie mentale doit être considérée de la même façon que la maladie physique.
- MUSIQUE : cette publicité donne beaucoup de crédibilité à la question.
- On a besoin de personnes capables d'influencer les bailleurs de fonds. Les jeunes et les adultes doivent travailler ensemble. C'est seulement ainsi qu'on obtiendra des résultats.
- Par exemple, un couturier oblige tous les mannequins travaillant pour lui à avoir un indice de masse corporelle minimum.
- On a besoin de bénévoles pour solliciter le soutien des entreprises. La demande doit être bien formulée, sinon la stigmatisation empêchera l'écoute.
- Il faut une baguette magique pour combattre la stigmatisation.

