

Bloguez pour un débat d'idées en santé mentale!

Du 17 au 19 juillet 2012, une douzaine de blogueurs (utilisateurs de services et leurs proches, étudiants et intervenants en santé mentale) se sont réunis virtuellement sur le [Blogue-Notes](#) du CÉRRIS afin de **susciter la réflexion, émettre différents points de vue** et approfondir **un sujet relié à la santé mentale**.

Pendant trois jours, les blogueurs ont créé une discussion autour de la **stigmatisation en santé mentale**. Voici les pistes de réflexion qui ont alimenté les blogueurs:

- 1) **Les médias et la transmission de préjugés à l'égard des personnes utilisatrices de services en santé mentale.**
- 2) **Préjugés et stigmas dans le domaine de la santé mentale : comment les reconnaître et surtout, comment les vaincre?**
- 3) **Les établissements de santé orientés vers le réel rétablissement des personnes : embauchent-ils des personnes utilisatrices de services en santé mentale?**
- 4) **Les patients-partenaires: qu'en pensez-vous?**
- 5) **La relation patient-intervenant: toujours sans préjugés?**

Débat-blogue Juillet 2012

En collaboration avec
Reprendre Pouvoir
reprendrepouvoir.org

Société ouverte et moderne et pourtant, encore stigmatisante?



CÉRRIS

Centre d'études sur la
réadaptation, le rétablissement
et l'insertion sociale

www.cerrisweb.com

Voici des extraits du débat qui, nous l'espérons, vous feront réfléchir autant qu'ils nous ont fait réfléchir...

Le milieu hospitalier nous met souvent au second plan dans notre rétablissement, en nous identifiant à un trouble mineur ou majeur, point. En oubliant « l'âme » de la personne qu'ils traitent, ne font-ils pas de la stigmatisation à leur tour?

J'ai aussi souvent vu, dans mes stages, des intervenants qui déclaraient que le rétablissement était impossible pour certaines personnes. Cela est une des pires formes de stigmatisation que de ne pas croire en la personne.

La peur d'avoir peur n'a eu que sur moi le désir de m'en libérer. Je suis comme je suis!

Il faut stimuler la curiosité et l'intérêt des gens à en apprendre davantage dans ce domaine, car une personne informée a plus de chances de faire preuve d'ouverture d'esprit.

Maintenant, je suis l'acteur principal de ma vie. Avant, je regardais le train passer, maintenant, j'embarque.

Nous sommes la solution à la stigmatisation.

J'aimerais terminer en vous disant que je suis une personne à part entière, et non un simple « diagnostic ». Et, croyez-moi, on peut fonctionner dans la vie, comme tout autre, avec un problème de santé mentale!

D'un côté, on a les « anti-médicaments » qui font une propagande sur l'inutilité de la pharmacie, ce qui amène parfois des gens à cesser et à rechuter. Il y va de notre responsabilité de prendre notre médication.

Mais, ce qui à mon avis est pire que la stigmatisation, est « l'auto-stigmatisation ». En effet, j'ai cru pendant longtemps qu'être atteint d'une maladie mentale signifiait que j'étais complètement fou ou même, pas intelligent...

Voir l'autre, avant tout, comme un être humain est le remède à la stigmatisation! Se voir comme un être humain est le remède à l'auto-stigmatisation.