

## SANTÉ MENTALE ET DISCRIMINATIONS

*D'une part, les discriminations ont un impact sur la santé mentale des personnes qu'elles touchent. D'autre part, les personnes concernées par les troubles psychiques sont confrontées aux discriminations.*

Les discriminations sont les conséquences de mécanismes psychologiques, culturels et sociaux, appelés **stigmatisation**. Tout au long de la vie, elles peuvent se manifester par des pratiques diffuses, profondément ancrées dans la société et dans le fonctionnement des institutions. On les observe dans certaines formes d'humour et de tabou, dans la ségrégation de populations, ou dans la stigmatisation de certaines personnes, certains comportements ou certaines professions.

Au niveau juridique, les discriminations désignent des **inégalités de traitement** visant une personne ou un groupe, fondées sur l'un des critères définis par la loi, tels que l'origine, le genre, l'état de santé ou le handicap<sup>1</sup>. Ces inégalités entraînent des préjudices dans les domaines de l'éducation, du logement, de l'emploi, de la justice ou dans l'accès à un bien ou un service comme la santé. Elles peuvent être réprimées par la loi.

**Ces discriminations engendrent de la souffrance psychique et impactent la santé mentale des personnes touchées, allant parfois jusqu'au besoin de soin.**

Par ailleurs, les personnes concernées par des troubles psychiques sont en première ligne face aux pratiques discriminatoires<sup>2</sup>, en raison de leur état de santé (mentale) avéré ou présumé. Les répercussions sont notables :

- sur l'accès aux (et le maintien dans les) soins psychiques et somatiques : manque d'information, non-remboursement des actes, retard d'accès aux soins et aux examens, voire refus de soins, etc.
- sur la vie sociale : chômage, difficultés de logement, marginalisation, harcèlement, etc.
- sur l'équilibre psychique : baisse de l'estime de soi, auto-stigmatisation, culpabilité, stress, isolement, etc.

Les discriminations influent fortement sur le poids du tabou qui règne autour de la santé mentale : la honte ainsi engendrée retarde le diagnostic et éloigne les personnes du système de soin.

Enfin, les conséquences des discriminations touchent aussi, par capillarité, l'entourage des personnes concernées ainsi que les professionnel.le.s de la santé mentale.

**Ces questions pourront être abordées lors des actions organisées pendant les SISM 2020 :**

- Pourquoi les discriminations existent-elles ? Quelles en sont les causes, les raisons et les mécanismes ? Quel est le lien entre stigmatisation et discrimination ? Comment déconstruire les stéréotypes à la base des discriminations ?
- Comment les discriminations affectent-elles la santé mentale des individus ? Avec quelles conséquences ?
- Pourquoi les discriminations sont-elles profondément ancrées dans la société ? Comment combattre durablement les discriminations et agir sur la stigmatisation ?
- Comment renforcer les compétences des personnes pour faire face aux mécanismes discriminatoires ? Comment renforcer les compétences des élu.e.s et des institutions ?
- Comment accompagner les personnes victimes de discriminations ? Quels sont les recours et les ressources disponibles ? Quels organismes solliciter ? Quelles réponses attendre ?
- Quelles sont les conséquences des discriminations pour les personnes concernées par les troubles psychiques sur leur propre processus de rétablissement ? Comment nourrissent-elles le tabou autour de la santé mentale et entravent-elle l'accès aux soins ? Quels sont leurs impacts sur leurs proches et les professionnel.le.s de la santé mentale ?
- Comment agir contre les discriminations envers les personnes concernées par les troubles psychiques ? Quelles ressources et quelles actions efficaces ? Comment et pourquoi l'information sur les droits peut avoir des effets bénéfiques pour tous ?

**Nous vous invitons à ouvrir le débat sur ces questions !**

**Mots-clefs :** santé mentale, discriminations, stigmatisation, stéréotypes, préjugés, étiquetage, tabou, droits, inégalités, accès aux soins, empowerment, rétablissement, compétences psychosociales

<sup>1</sup> Liste exhaustive des critères sur le site du Défenseur des Droits :

<https://www.defenseurdesdroits.fr/fr/institution/competences/lutte-contre-discriminations>

<sup>2</sup> Etude Indigo, CCOMS, qui quantifie la discrimination vécue du fait d'un diagnostic de schizophrénie

## LES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTE MENTALE

---

Les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) s'adressent au grand public. Chaque année, citoyens, associations, professionnels organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France.

**Les Semaines d'information sur la santé mentale auront lieu du 16 au 29 mars 2020.**

A partir du thème annuel fixé par le Collectif national des SISM, chacun peut prendre l'initiative d'organiser une action répondant aux objectifs des SISM.

## LES CINQ OBJECTIFS DES SISM

---

1. **SENSIBILISER** le public aux questions de Santé mentale.
2. **INFORMER**, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la Santé mentale.
3. **RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
4. **AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
5. **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

## COLLECTIF NATIONAL DES SISM

---

Association des établissements gérant des secteurs de santé mentale (ADESM) • Advocacy France • Association française de psychiatrie (AFP) • Association des Maires de France (AMF) • Association nationale des psychiatres Présidents ou Vice-présidents des commissions médicales d'établissement des centres hospitaliers (ANPCME-CME) • Association nationale des Maisons des adolescents (ANMDA) • Réseau documentaire en santé mentale (ASCODOCPSY) • Centre collaborateur de l'Organisation mondiale de la santé pour la recherche et la formation en santé mentale (CCOMS) / EPSM Lille-Métropole • Centre national audiovisuel en santé mentale (CNASM) • Ecole des parents et des Educateurs d'Ile-de-France (EPE) • Elus, santé publique et territoires (ESPT) • Fédération française de psychiatrie (FFP) • Fédération nationale des associations liées aux troubles des conduites alimentaires (FNA-TCA) • Fédération des acteurs de la solidarité • Fédération nationale des associations d'usagers de la psychiatrie (FNAPSY) • Mutualité Française d'Ile-de-France • Mutuelle générale de l'Éducation nationale (MGEN) • Psycom • Santé Mentale France • Société française de santé publique (SFSP) • Société médicale Balint • Union nationale des associations familiales (UNAF) • Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM).

Information, inscription et programme : [www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)



[@Sism.Officiel](https://www.facebook.com/Sism.Officiel)



[@Sism.Officiel](https://twitter.com/Sism.Officiel)

### Contacts

Collectif national des SISM : 01 45 65 77 24 - mail : [sism.contact@gmail.com](mailto:sism.contact@gmail.com)