

# Aperçu de la présentation

Nous nous pencherons sur les questions suivantes :

- les faits et les mythes au sujet des troubles concomitants ;
- la puissance du langage et les blessures que les mots peuvent causer ;
- le fait que les préjugés, les opinions préconçues et la discrimination peuvent faire obstacle au rétablissement des personnes vivant avec des problèmes concomitants de toxicomanie et de santé mentale ;
- les moyens d'intégrer des pratiques anti-préjugés à votre travail ;
- ce que nous pouvons tous faire pour trouver une solution.

## Quelques règles de base

- Ne divulguez pas les renseignements concernant la vie personnelle ou la carrière des personnes présentes ni les observations faites au cours de l'atelier.
- Il faut parler un à la fois. Tout le monde aura l'occasion d'apporter sa contribution.
- On encourage les participants à faire part de leurs idées, mais la participation est volontaire.
- On encourage les participants à diverger d'opinion.
- Exprimez-vous à la première personne. C'est plus direct.
- Écoutez de façon active ce que disent les autres participants.
- Ne coupez pas la parole !
- Accueillez de façon positive les différences de religion, d'âge, de sexe, d'orientation sexuelle, de langue et de culture.
- Confrontez avec soin ; remettez en question avec respect.
- L'animateur ne fait qu'animer. Ce n'est pas un « expert » !

## Que sont les troubles concomitants ?

On entend par troubles concomitants toute combinaison de troubles de santé mentale et de toxicomanie.

En voici quelques exemples :

- un trouble anxieux et un problème d'alcool ;
- une schizophrénie et une dépendance au cannabis ;
- un trouble de la personnalité limite et une dépendance à l'héroïne ;
- une dépression et une dépendance aux somnifères.

Toutefois,  
 $1 + 1$  peut égaler 3, 4, 5 . . .

Une combinaison de problèmes de toxicomanie et de santé mentale peut créer davantage de problèmes.

## Prévalence des troubles concomitants

De 40 à 60 pour 100 des personnes ayant des problèmes de santé mentale auront aussi un problème de toxicomanie au cours de leur vie. Ces pourcentages sont semblables pour les personnes qui souhaitent obtenir de l'aide en raison de leur toxicomanie.

*Canada. Meilleures pratiques : Troubles concomitants de santé mentale et d'alcoolisme et de toxicomanie, Ottawa, Santé Canada, 2001.*

# Que sont les préjugés ?

Les préjugés :

- sont une idée complexe mettant en cause des attitudes, des sentiments et des comportements ;
- renvoient à l'étiquette négative que l'on met aux personnes qui ont des particularités, des traits de caractère ou un trouble qui les distinguent des gens « normaux » ; sont des « différences » considérées comme indésirables et honteuses et qui peuvent mener à des attitudes ou des réactions négatives (opinions préconçues et discrimination) à l'endroit d'une personne.

Adapté de O'Grady, C. *Stigma as experienced by family members of people with severe mental illness: The impact of participation in self-help/mutual aid support groups*, dissertation de doctorat non publiée, Université de Toronto, Ontario, 2004.

## Qu'est-ce que la discrimination ?

La discrimination est un acte préjudiciable, comme refuser un emploi, un logement, des mesures d'adaptation ou d'autres services à une personne en raison de sa race, de sa couleur, de sa citoyenneté, de sa culture, de son origine ethnique, de son état matrimonial ou familial, de son orientation sexuelle, d'un handicap, de son âge, de son sexe, de sa situation économique, etc. La discrimination peut être voilée ou systémique, intentionnelle ou involontaire. Tout acte de discrimination constitue une violation des droits de la personne et peut faire l'objet d'une poursuite en vertu du Code ontarien des droits de la personne.

# Les multiples niveaux de préjugés

Les personnes qui subissent des préjugés en raison de leurs problèmes co-occurents de toxicomanie et de santé mentale peuvent faire l'objet d'opinions préconçues et de discrimination en raison :

- de leur origine ethnique ;
- de leur race ;
- de leur religion ;
- de leur orientation sexuelle ;
- d'un handicap visible ou invisible ;
- de leur sexe ;
- de leur situation économique ;
- de leur âge.

# Les effets des préjugés

- opinion préconçue et discrimination (dans les domaines des soins médicaux, du logement, de l'emploi) ;
- sentiments négatifs envers soi (auto-préjugés) ; par exemple, croire les stéréotypes négatifs générés par la société et les médias ;
- tendance à éviter de demander de l'aide et à cacher les symptômes ou la toxicomanie ;
- isolement social ou restriction du réseau de soutien social ;
- pauvreté ;
- dépression ;
- impression que le rétablissement est impossible ;
- suicide.

Adapté de Pompili, M., I. Mancinelli et R. Tatarelli. *Stigma as a cause of suicide*, British Journal of Psychiatry, 2003, 183(2), p. 173-174.

Adapté de Kittel Canale, M. *Stigma of Addiction: Final Report*, Toronto, CAMH, 2001.

« Les limites de mon langage . . .  
sont les limites de mon monde. »

—Ludwig Wittgenstein (1963)

# Personnes célèbres qui vivent ou qui ont vécu avec des problèmes de toxicomanie et/ou de santé mentale

LUDWIG  
VAN BEETHOVEN

ROBERT DOWNEY, JR.

NICOLAS CAGE

JOHN NASH

HOWARD HUGHES

WINGTON CHURCHILL

Ted Turner

Oprah Winfrey

Elizabeth Manley

PATTY DUKE ASTIN

VINCENT  
VAN GOGH

ERNEST HEMINGWAY

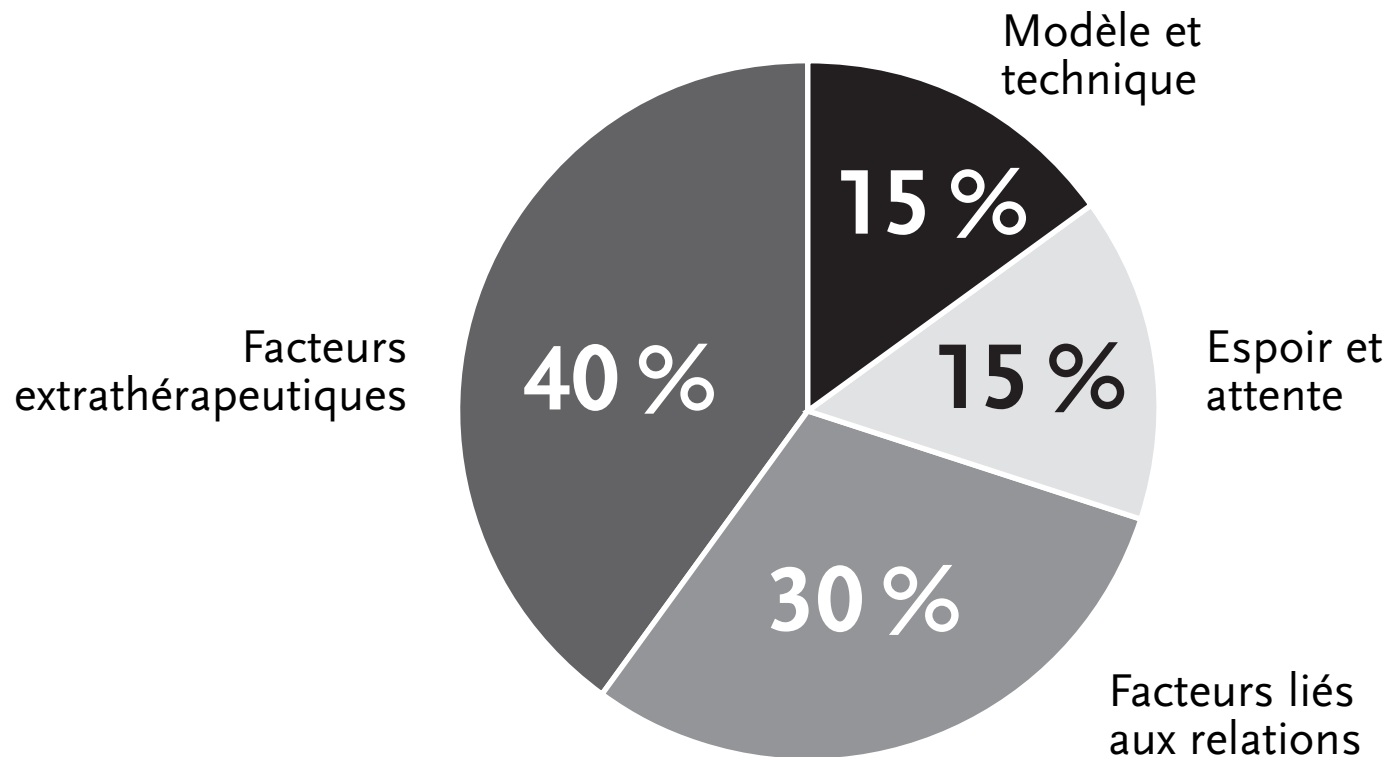
EMILY CARR

JUDY GARLAND

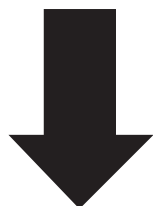
MATHEW PERRY

# Éléments d'une thérapie efficace :

Trouver un sens à 40 années de données

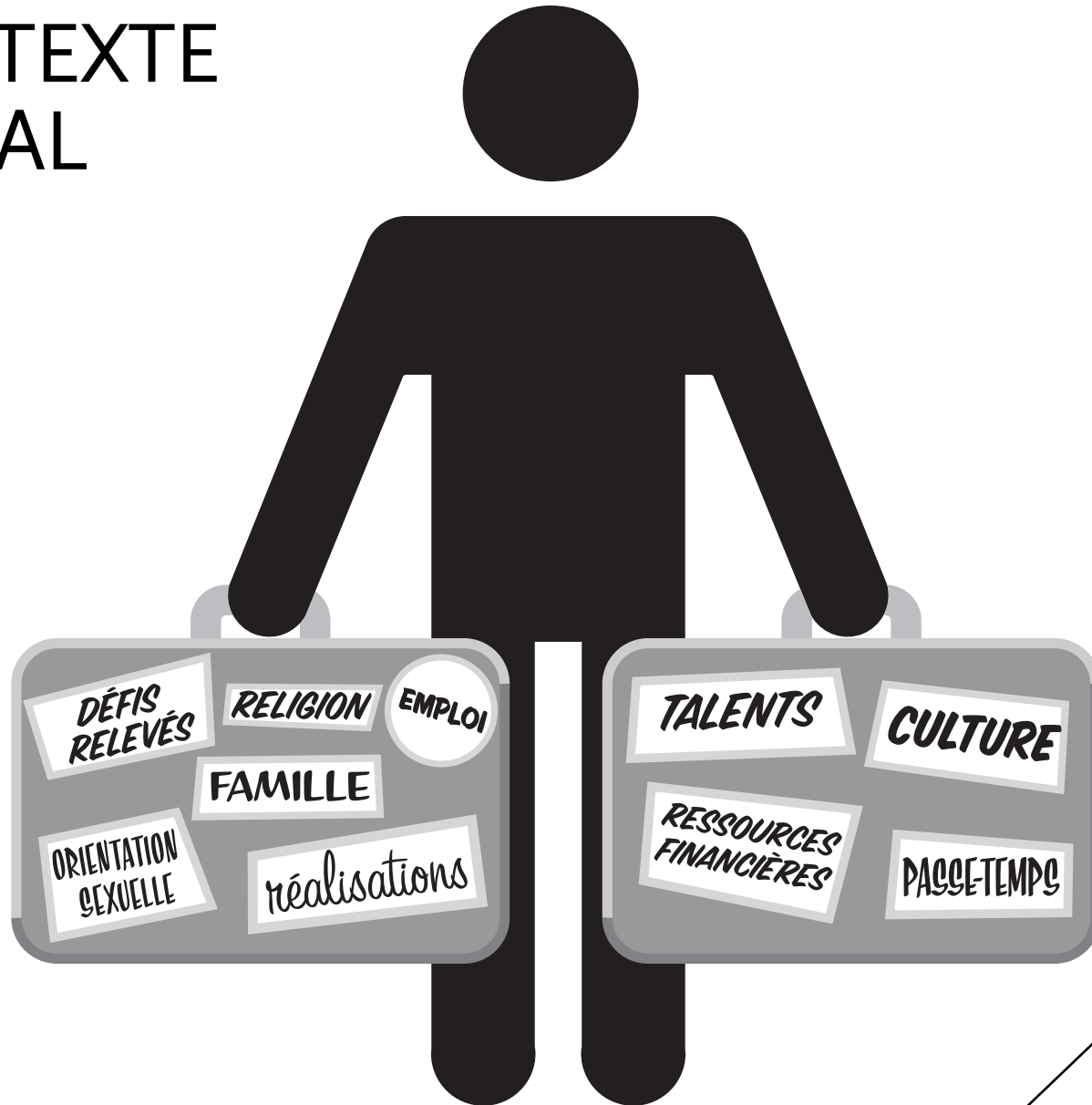


# L'autre histoire



**PROBLÈME**

# CONTEXTE SOCIAL



# Ce qu'on peut faire pour éliminer les préjugés

1. Soyez conscient de la prévalence des problèmes concomitants de toxicomanie et de santé mentale.
2. Mettez-vous à la place de la personne visée par les préjugés.
3. Prenez garde au langage que vous utilisez.
4. Surveillez les médias et critiquez ouvertement les sources de préjugés.
5. Envoyez une lettre à la rédaction pour vous plaindre des préjugés véhiculés.
6. Parlez des préjugés à vos amis, à votre famille et à vos collègues.
7. Soyez conscient de vos attitudes et des jugements que vous portez.
8. Appuyez les organisations qui luttent contre les préjugés.

Qu'est-ce qu'un préjugé ?

**PRÉJUGÉ**

**=**

**OPINION PRÉCONÇUE  
+  
DISCRIMINATION**