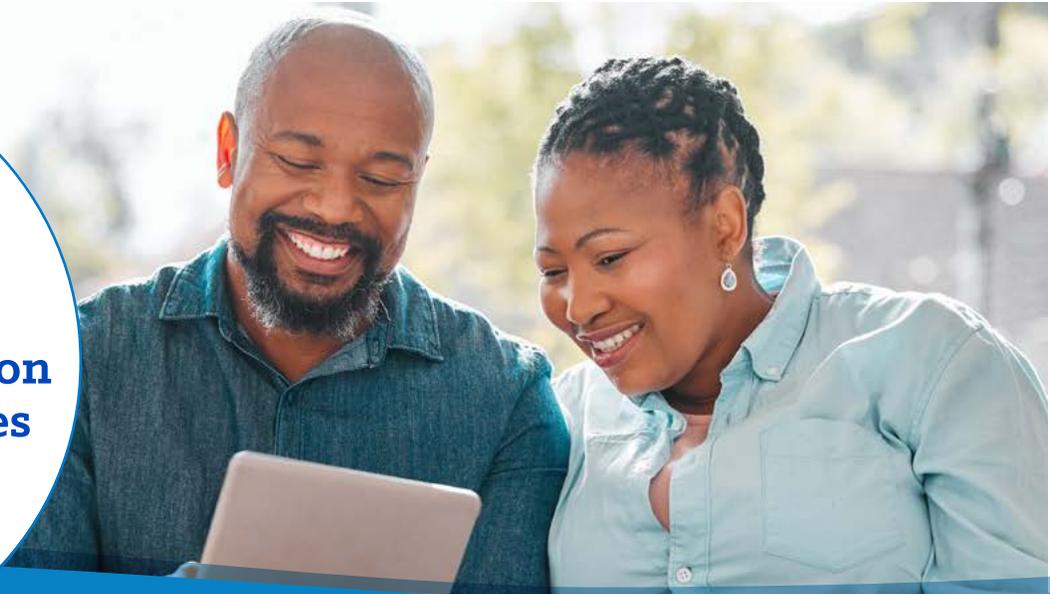




Changer  
les mentalités

COMMISSION DE  
LA SANTÉ MENTALE  
DU CANADA



## Document d'information au sujet des recherches sur la lutte contre la stigmatisation

Ce document d'information présente les plus récentes données sur la stigmatisation structurelle et la stigmatisation auto-infligée avec lesquelles vivent les personnes atteintes de problèmes liés à la santé mentale ou à l'usage de substances au Canada. Il résume l'objectif du rapport, ses principales conclusions et ses recommandations, et rappelle l'importance d'enrayer la stigmatisation pour promouvoir le rétablissement des personnes concernées et améliorer leur accès aux soins.

### Méthodologie

Le rapport a analysé les données d'un sondage Léger réalisé au cours de l'été 2022 auprès de 4 029 répondants canadiens, dont 2 005 qui ont dit vivre avec un problème lié à la santé mentale ou à la consommation de substances. Les résultats ont été pondérés de façon à obtenir des échantillons représentatifs.

### Principaux constats

- La stigmatisation est un problème omniprésent dans la vie des personnes vivant avec un trouble lié à la santé mentale ou à l'usage de substances au Canada, puisque 95 % des répondants ont dit avoir été victimes de stigmatisation au cours des cinq dernières années.
- La population canadienne pense que les personnes présentant des troubles liés à la santé mentale ou à l'usage de substances sont dévalorisées et font l'objet de discrimination dans leur quotidien.
- La majorité des personnes aux prises avec des troubles liés à la santé mentale ou à l'usage de substances ont fait état d'une forte tendance à se stigmatiser elles-mêmes, ce qui a eu des répercussions négatives sur leur perception d'elles-mêmes, notamment sur leur estime de soi et leur sentiment d'efficacité personnelle.
- La stigmatisation est omniprésente dans les établissements de soins de santé, 40 % des personnes interrogées ayant été stigmatisées quand elles ont reçu des soins dans ces endroits.
- Il est donc essentiel de s'attaquer à la stigmatisation structurelle si l'on entend promouvoir le rétablissement et améliorer l'accès aux soins pour les personnes ayant des troubles liés à la santé mentale ou à l'usage de substances.

## Quelques recommandations des répondants

Les personnes vivant avec un problème de santé mentale ou de consommation de substances pensent qu'il faudrait d'abord agir sur les aspects suivants :



Offrir un meilleur accès  
aux services



Offrir des services de  
prévention en matière de  
santé mentale



Réduire la stigmatisation

Les résultats du sondage ont fait ressortir l'importance d'éliminer la stigmatisation structurelle dans les milieux de la santé – et d'autres domaines de la société – notamment en adoptant des approches davantage axées sur la personne et sur le rétablissement.

Il est primordial de s'attaquer à la stigmatisation si l'on tient à promouvoir le rétablissement des personnes ayant des problèmes liés à la santé mentale ou à la consommation de substance au Canada, et ce, tout en améliorant l'accès aux soins. Bien que beaucoup ait été fait pour réduire la stigmatisation, il reste encore beaucoup à faire.

Ces résultats appellent à un effort concerté de la part des décideurs politiques, des fournisseurs de soins de santé et du grand public dans le but de mettre fin à la stigmatisation et de faciliter le rétablissement.

Si nous concentrons nos énergies sur la réduction de la stigmatisation structurelle et auto-infligée, les personnes aux prises avec des troubles de santé mentale ou des troubles liés à l'usage de substances seront davantage en mesure de mener une vie épanouie et enrichissante.

*Ces données proviennent d'une recherche plus approfondie qui sera publiée dans les mois à venir.*



**Changer  
les mentalités**

COMMISSION DE  
LA SANTÉ MENTALE  
DU CANADA

Bureau 1210, 350, rue Albert  
Ottawa, ON K1R 1A4

Tél: 613.683.3755  
Télec: 613.798.2989

✉ [bd@mentalhealthcommission.ca](mailto:bd@mentalhealthcommission.ca)

🌐 [www.mentalhealthcommission.ca/twm](http://www.mentalhealthcommission.ca/twm)

🐦 @CSMC\_MHCC

📘 /theMHCC

📺 /1MHCC

📷 @theMHCC

📌 /theMHCC

🌐 /Mental Health Commission of Canada