

COMPRENDRE

Stigmatisation *Prévention*



La stigmatisation désigne un processus par lequel une personne est **réduite à une caractéristique** (maladie, handicap, précarité, addiction...) entraînant **préjugés, discrimination** ou **attitudes inadaptées**.



En santé mentale, elle est particulièrement marquée et peut avoir des conséquences majeures : **retard de soins, rupture de suivi, isolement, perte d'estime de soi**.

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la stigmatisation constitue un **frein majeur à l'accès aux soins** en santé mentale.

L'**empathie**, l'**écoute active** et une **communication non-jugeante** sont les maîtres mots.

L'infirmier libéral doit être attentif non seulement aux besoins physiques du patient, mais aussi à **ses besoins émotionnels et psychologiques**, reconnaissant la personne dans sa globalité. La capacité à s'adapter aux préférences du patient et à respecter ses choix renforce son autonomie et sa participation active à son propre parcours de soins.

Un des aspects cruciaux est de toujours considérer le patient comme un **acteur principal de son soin et de son rétablissement**.

Cela implique de valoriser son savoir expérientiel, de l'impliquer dans la planification des soins et de toujours chercher son consentement éclairé, même lors de situations complexes comme la gestion de crises ou d'agitations.

Un constat préoccupant

→ Le rapport publié le 6 mai 2025 par le Défenseur des Droits

Le rapport du Défenseur des droits met en lumière l'**ampleur** et la **diversité** des discriminations qui peuvent survenir dans l'**accès** et les **parcours de soins** en France.

Alors que le droit garantit à chacun un accès égal à la prévention et aux soins, de nombreux témoignages et études montrent que cette égalité reste largement théorique.

Ces situations touchent des publics variés : personnes en **situation de précarité économique**, bénéficiaires de la **CSS** ou de l'**AME**, personnes perçues comme **étrangères, femmes, personnes transgenres**, personnes en situation de **handicap**, ou encore patients vivant avec des **maladies chroniques**.

Les **mécanismes discriminatoires** peuvent être explicites, mais ils sont souvent plus subtils :

- * **REFUS IMPLICITES DE RENDEZ-VOUS**
- * **MINIMISATION DE LA DOULEUR**
- * **OBSTACLES LIÉS À L'ACCESSIBILITÉ NUMÉRIQUE ET PHYSIQUE DES SERVICES DE SANTÉ**
- * **RÉORIENTATIONS ABUSIVES VERS DES DISPOSITIFS SPÉCIFIQUES COMME LES PASS**
- * **CONDITIONS PARTICULIÈRES IMPOSÉES**

→ Groupe de Travail Lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques

La Direction générale de la santé pilote l'axe 1 de la feuille de route santé mentale et psychiatrie et à ce titre co-anime avec PSYCOM et l'ARS Normandie le groupe de travail (GT) national "**Lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques**".

Ce groupe de travail se réunit depuis 2018 et a pour objectif de réunir les **acteurs du champ de la santé mentale** autour de problématiques concrètes et de **produire des outils** améliorant la compréhension de ce que recouvre la santé mentale pour tous et contribuer à la lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques et des personnes concernées.

Le **manque d'information** en santé mentale et la **stigmatisation des troubles psychiques** constituent une perte de chance, car ils entraînent :

- * **UN RETARD DE DIAGNOSTIC**
- * **UN OBSTACLE À L'ACCÈS AUX SOINS**
- * **CONTRIBUENT AU MANQUE D'INCLUSION SOCIALE DES PERSONNES VIVANT AVEC DES TROUBLES PSYCHIQUES**

Un des facteurs de stigmatisation identifiés par les personnes concernées et les familles se retrouve dans la relation soignant/soigné telles que l'**infantilisation** ou l'**absence d'explication claire**, au bon moment.

C'est pourquoi le groupe de travail a souhaité en 2025 que les travaux portent sur la stigmatisation induite par certaines pratiques professionnelles en psychiatrie.

Comprendre la stigmatisation

LA STIGMATISATION, QU'EST CE QUE C'EST ?

La stigmatisation se manifeste comme un ensemble d'attitudes négatives, de préjugés ou de discriminations dirigés envers des individus, souvent en raison de caractéristiques perçues comme différentes ou indésirables.

Dans le contexte des soins, et particulièrement en santé mentale, elle peut engendrer des **conséquences dévastatrices**, allant du **refus de soins** à une **altération profonde de la relation soignant-patient**.

La stigmatisation ne se limite pas à des actes discriminatoires flagrants. Elle peut se manifester sous des formes plus subtiles, telles que des **micro-agressions verbales**, un **ton condescendant** ou une **minimisation des plaintes du patient**.

En santé mentale, les stéréotypes négatifs ("dangereux", "incurable", "simulant") sont particulièrement répandus et peuvent conduire à un **"effet d'ombrage diagnostique"**, où les symptômes physiques sont ignorés au profit d'une focalisation exclusive sur le trouble mental.

STIGMATISATION, DISCRIMINATION, QUELLES DIFFÉRENCES ?

La stigmatisation relève d'une **dévalorisation de la personne**, tandis que la discrimination **implique une action pour lui nuire**. La discrimination est définie par des textes de lois.

« L'iceberg des discriminations » explicite, comment et pourquoi, les discriminations sont systémiques.

L'iceberg des discriminations

Santé mentale et discriminations

Les discriminations ont un impact sur la santé mentale des personnes qu'elles touchent.

Les personnes concernées par des troubles psychiques peuvent rencontrer des discriminations.

RELATIONS

Ces discriminations se manifestent dans les relations entre les personnes et ont des conséquences visibles.

EXEMPLE : Des agressions racistes ou sexistes.

INSTITUTIONS

Les institutions (école, hôpitaux, etc.) fonctionnent parfois avec des règles ou des pratiques discriminatoires. Elles entraînent des problèmes dans la vie quotidienne des personnes.

EXEMPLE : Refuser un prêt bancaire à une personne diagnostiquée bipolaire.

CULTURE

C'est le socle de base des discriminations. Souvent inconscient, il entraîne les discriminations institutionnelles et banalise les violences interpersonnelles. Il existe un cercle vicieux entre ces 3 niveaux.

EXEMPLE : Le préjugé « Les personnes déprimées sont paresseuses ».

VISIBLE

INVISIBLE

LA DISCRIMINATION, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Une discrimination est l'action de traiter de manière défavorable une personne, en fonction d'un critère (sexe, âge, handicap, origine, etc.) et dans une situation précise (accès à un emploi, un service, un logement, etc.).*

* En France, la loi reconnaît plus de 25 critères de discrimination. Défavoriser une personne en raison de ses origines, son sexe, son âge, son handicap, ses opinions... est interdit par la loi et les conventions internationales auxquelles adhère la France. www.defenseurdesdroits.fr

Infographie Psycom réalisée à l'occasion des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) 2020.

Inspiration : *Sea Change : Navigating Oppression*, The Icarus Project • Conception graphique : Etat d'Esprit-Stratis • Copyright : Psycom 2020
En savoir plus sur ses droits : www.defenseurdesdroits.fr

psycom



SOURCE : PSYCOM ; <https://www.psycom.org/agir/linformation/affiches/>

« Le cycle des discriminations » explique, quant à lui, les étapes cognitives qui mènent de la stigmatisation à la discrimination.

Le cycle de la discrimination

Santé mentale : de l'étiquette à la discrimination

1 ÉTIQUETER

Distinguer selon certaines différences visibles.

EXEMPLE : Regarder avec méfiance une personne qui semble parler toute seule dans la rue.

DISCRIMINER

Priver une personne d'égalité, traiter différemment, aux yeux de la loi.

EXEMPLE : Refuser un emploi à une personne, car elle a dit être concernée par un trouble psychique.

4

SÉPARER

Différencier certaines personnes des autres.

EXEMPLE : Considérer qu'il y a « Eux » d'un côté et « Nous » de l'autre.

3

2

STÉRÉOTYPER

Généraliser des défauts, à partir d'une caractéristique.

EXEMPLE : Considérer que les personnes suivies en psychiatrie sont toutes violentes et dangereuses.

Infographie réalisée à l'occasion des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) 2020.

Inspiration : *Le stigmate de la « folie » : de la fatalité au rétablissement*, C. Bonsack et al. Rev Méd Suisse, 2013

Conception graphique : Etat d'Esprit-Stratis • Copyright : Psycom 2020

En savoir plus sur les discriminations et sur ses droits : www.defenseurdesdroits.fr

psycom



SOURCE : PSYCOM ; <https://www.psycom.org/agir/linformation/affiches/>

La relation au patient

LA STIGMATISATION DANS LA SANTÉ

Dans le domaine de la santé, la stigmatisation concerne fréquemment :

- * **ADDICTIONS**
- * **VIH**
- * **OBÉSITÉ**
- * **PRÉCARITÉ**
- * **PERSONNES ÂGÉES DÉPENDANTES**
- * **CERTAINES MINORITÉS SOCIALES OU CULTURELLES...**

La stigmatisation peut avoir des répercussions graves sur l'**estime de soi du patient**, son **adhésion au traitement**, et son **accès à une vie sociale et professionnelle épanouie**.

- ➔ **Biais dans la prise en charge**
- ➔ **Distance relationnelle**
- ➔ **Décisions thérapeutiques influencées par des stéréotypes**

Elle peut également conduire à l'**auto-stigmatisation**, où le patient intériorise les jugements négatifs de la société, exacerbant ainsi sa souffrance.

- ➔ **Renoncement aux soins**
- ➔ **Honte ou culpabilité**
- ➔ **Isolement social**
- ➔ **Mauvaise observance des traitements**

Pour un infirmier libéral, l'objectif est de créer un environnement où le patient se sent en sécurité, écouté et respecté, quelles que soient ses conditions de santé.

La relation au patient

➔ **Des exemples de stigmatisation**

LES PATIENTS SOUFFRANT DE :

Dépression
Troubles bipolaires
Schizophrénie

PEUVENT ÊTRE PERÇUS COMME :

Dangereux
Imprévisibles
Difficiles

LES PATIENTS SOUFFRANT:

D'obésité

PEUVENT ÊTRE CONFRONTÉS À :

Une banalisation de leurs symptômes
Des remarques sur leur hygiène de vie

LES PATIENTS SOUFFRANT DE DÉPENDANCE À :

L'alcool
Aux opioïdes
Aux médicaments

PEUVENT ÊTRE CONFRONTÉS À :

Des jugements moraux
Des soupçons de manipulation

LES PERSONNES ÂGÉES DÉPENDANTES

Certaines attitudes peuvent être infantilisantes :

PEUVENT ÊTRE CONFRONTÉES À :

Parler au patient comme à un enfant

Décider à sa place

LES PERSONNES DANS DES CONTEXTES DE :

Logement insalubre

Isolement social

Grande pauvreté

PEUVENT ÊTRE CONFRONTÉES À :

Sentiment de malaise du soignant

Distance relationnelle

Jugement implicite

LA DISCRIMINATION INSTITUTIONNELLE :

Une grande variété de situations

PEUT INDUIRE:

Difficultés de coordination avec certaines structures

Manque de dispositifs adaptés pour les patients complexes

Délais d'attente

Inaccessibilité physique des lieux de soins

Prévenir la stigmatisation

S'INTERROGER SUR

Nos représentations

Nos biais inconscients

Nos réactions émotionnelles

face aux patients.

FAVORISER UNE RELATION DE SOIN CENTRÉE SUR LA PERSONNE

Respect de la dignité

Écoute active

Non-jugement

Reconnaissance de l'autonomie du patient

Participation active du patient

Réduction des risques et des dommages (RDRD) : Un référentiel national pour considérer les addictions comme une maladie chronique. → <https://www.drogues.gouv.fr>

AMÉLIORER LA COMMUNICATION

Reformulation

Questions ouvertes

Validation des émotions

Pour aller plus loin

Le GPS anti-stigma, par PSYCOM

Le GPS Anti-Stigma a été créé pour guider les personnes ou organismes souhaitant agir contre la stigmatisation en santé mentale.



<https://www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/>

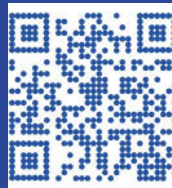


Suivez votre URPS sur les réseaux sociaux



Retrouvez nous aussi sur internet

www.urps-infirmiere-paca.fr



1 Montée de Saint Menet
Espace Valentine Bât A
13011 MARSEILLE
Tél. 04 91 87 54 38

contact@urps-infirmiere-paca.fr