ÉTHIQUE

Avis et repères



23 novembre 2026

Les préjugés en santé mentale, il faut en parler !

La *Déclaration d'engagement envers le rétablissement et la lutte contre les préjugés associés aux problèmes de santé mentale* a été signée en 2020. La lutte contre ces préjugés demeure une priorité pour Santé Québec Estrie – CHUS.

Encore aujourd'hui, les personnes qui vivent ou ont vécu avec un trouble de santé mentale font face à des préjugés. Pourtant, personne n'est à l'abri d'un éventuel problème de santé mentale.

Les préjugés et leurs répercussions

Les préjugés sont des attitudes, croyances et comportements qui expriment une désapprobation envers une personne en raison de sa situation personnelle. Ils peuvent conduire à l'évitement et au rejet, et réduire une personne à une seule facette de sa vie, comme l'anxiété, la schizophrénie ou le trouble de personnalité limite.

« J'ai mal, mais on ne me croit pas. Je consulte pour des symptômes physiques, et on les attribue à mon problème de santé mentale. » Les préjugés peuvent retarder un diagnostic ou un traitement et donc nuire au bien-être et même avoir un impact sur l'espérance de vie.

Les préjugés peuvent diminuer l'estime de soi, la confiance ou l'espoir. Les idées préconçues sur son état peuvent amener la personne à anticiper un échec et à renoncer à certaines démarches favorisant son rétablissement.

Les valeurs et principes qui nous guident

Nous soignons des personnes, pas seulement des maladies. Chaque personne est unique. Le dialogue favorise la collaboration en tenant compte des expériences, du vécu et des épreuves de chaque personne.

Les personnes vivant avec un trouble de santé mentale peuvent faire face à des situations de santé complexes.

Notre établissement tient à offrir aux usagers et usagères des services sûrs et de qualité, fondés sur les valeurs et les principes suivants :



Approche centrée sur les forces
Autodétermination
Collaboration
Sécurité
Transparence
Objectifs partagés

Inclusion
Authenticité
Partenariat
Non-malfaisance
Humanisme

La lutte contre les préjugés et la discrimination nous concerne toutes et tous. Elle doit se poursuivre pour favoriser le rétablissement des personnes vivant avec un trouble de santé mentale.

Nous pouvons agir sur ces préjugés en les reconnaissant chez nous-mêmes et chez les autres, et en osant en parler.

Chaque personne est l'experte de sa propre vie. Reconnaître ses forces favorise la collaboration et le cheminement vers le rétablissement. Nous pouvons reprendre du pouvoir sur notre santé en choisissant de partager ou non les nouvelles informations qui nous concernent. La présence d'un proche aidant peut renforcer la confiance et aider à exprimer clairement ses besoins.

Rédaction :

Lyne Morissette, agente de planification, de programmation et de recherche, Service de l'éthique, Direction de la qualité, de l'éthique, de la performance et du partenariat

Sylvie Gagnon, usagère et membre du Comité d'éthique clinique et organisationnelle de Santé Québec Estrie – CHUS

Relecture et révision du contenu :

Comité d'éthique clinique et organisationnelle **de** Santé Québec Estrie – CHUS

Pour aller plus loin :

SANTÉ QUÉBEC ESTRIE – CHUS. *Méfiez-vous des préjugés !*, [En ligne], 2025. [https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Plaintes/Ethique/CIUSSSS_Prejugesaffiche_2025-11-12.pdf] (Consulté le 6 novembre 2026).

INSTITUT NATIONAL DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. Faits et mythes sur la santé mentale, [En ligne], 2024. [https://www.inspq.qc.ca/sante-mentale/faits] (Consulté le 6 novembre 2026).

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DU QUÉBEC. Combattre les préjugés sur les troubles mentaux, [En ligne], 2021.[https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/combattre-prejuges-troubles-mentaux] (Consulté le 6 novembre 2026).

COMMISSION DE LA SANTÉ MENTALE DU CANADA. La stigmatisation structurelle des personnes ayant des problèmes de santé mentale et de consommation de substances dans les établissements de soins de santé, [En ligne], 2020. [https://www.mentalhealthcommission.ca/wp-content/uploads/drupal/2020-07/structural_stigma_in_healthcare_fr.pdf] (Consulté le 6 novembre 2026).

CENTRE DE TOXICOMANIE ET DE SANTE MENTALE. Les préjugés, [En ligne], 2026. [https://www.camh.ca/fr/health-info/guides-and-publications/stigma] (Consulté le 6 novembre 2026).