

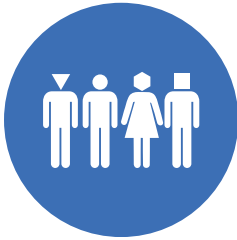
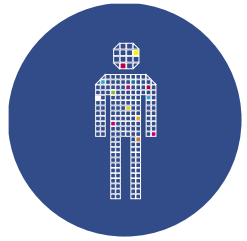
# SEPT CONSEILS PRATIQUES

pour une communication plus nuancée  
à propos de la santé mentale

Fonds  
Julie Renson

Fonds  
Reine Fabiola

 Fondation  
Roi Baudouin  
*Agir ensemble pour une société meilleure*



# **Lorsque les médias abordent les troubles psychiques avec des représentations à connotation négative, ils renforcent la stigmatisation des personnes qui vivent avec ceux-ci.**

Elles vivent difficilement cette approche qui ne leur semble ni correcte, ni équitable. Elles estiment être souvent représentées en marge de la société. Se montrer plus nuancé et éviter cette perception négative n'est pourtant pas si compliqué.

Le **Fonds Julie Renson**, le **Fonds Reine Fabiola** et la **Fondation Roi Baudouin**, la **VVGG** (Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid), le **CRéSaM** (Centre de Référence en Santé Mentale), la **VVJ** (Vlaamse Vereniging van Journalisten), l'**AJP** (Association des Journalistes Professionnels) et l'**Instituut voor Mediastudies - KULeuven** proposent sept conseils pratiques pour un traitement journalistique plus nuancé de la santé mentale

# SEPT CONSEILS PRATIQUES

## pour une communication plus nuancée

### à propos de la santé mentale

**Les cinq premiers conseils pratiques permettent déjà d'introduire de la nuance et d'éliminer une bonne partie des effets négatifs involontaires de la communication à propos des troubles ou pathologies psychiques :**

#### 1 Distinguer toujours la personne de la pathologie.

Les personnes sont plus que leur trouble ! Éviter de parler d'un psychotique, mais plutôt d'une personne ou d'un patient avec une psychose.

#### 2 Prendre du recul par rapport à un schéma « eux / nous ».

Il n'y a pas deux groupes d'êtres humains dans le monde, à savoir ceux avec des troubles psychiques et les autres. De très nombreuses personnes y sont confrontées au cours de leur vie. N'importe qui peut à un moment donné être touché : un collègue, un proche, un ami, un voisin ou soi-même.

#### 3 Choisir ses mots avec soin.

Faire attention aux formulations qui induisent, parfois inconsciemment, de la stigmatisation. Se demander, au préalable, s'il est pertinent de mentionner la pathologie. Ne mentionner une pathologie que lorsqu'on est certain d'utiliser le terme correct, sans hésiter à consulter une source fiable si nécessaire.

Respecter les règles relatives au respect de la vie privée. Les personnes avec des troubles psychiques peuvent être extrêmement vulnérables. Redoubler de prudence lorsqu'il s'agit d'enfants.

#### 4 Choisir ses images et illustrations avec soin.

Les images peuvent être percutantes et très éclairantes. Mais, elles peuvent aussi renforcer les stéréotypes et la stigmatisation.

#### 5 Une vigilance particulière s'impose lorsqu'il s'agit de faits criminels.

Ceux-ci ont parfois des causes psychiques ou psychiatriques profondes. Mais, il faut éviter les amalgames. Toutes les personnes avec des troubles psychiques ne commettent pas des actes criminels, loin s'en faut.

**Les conseils pratiques n° 6 et 7 portent sur les représentations utilisées fréquemment dans la communication à propos de la santé mentale.**

#### 6 Se méfier des représentations sociales problématiques (« frames ») à propos des troubles psychiques.

Les troubles psychiques et les personnes concernées sont souvent cantonnés dans des cadres de pensée réducteurs.

L'utilisation de ces «frames» est presque inévitable dans les médias. Ils sont nécessaires pour communiquer de façon rapide et concise sur des questions complexes. Cependant, ils présentent aussi des inconvénients. Ils ont la particularité de contenir une part de vérité, sans pour autant représenter toute la vérité.

Le professeur Baldwin Van Gorp et ses collègues de l'Instituut voor Mediastudies de la KU Leuven ont décrit cinq «frames» problématiques sur les troubles psychiques régulièrement véhiculés par les médias.

Ces «frames» réducteurs sont présents dans la société et se retrouvent donc inévitablement dans les médias. Les faits divers, tels qu'ils se retrouvent sur les bureaux des salles de rédaction, cadrent fréquemment très bien avec ceux-ci.

Cependant, ces «frames» se sont pas complets. Ils ne sont ni corrects, ni suffisamment nuancés. S'ils peuvent parfois correspondre à la réalité dans une situation individuelle, leur utilisation suggère qu'ils sont valables en toutes circonstances, ce qui est faux.

En outre, ils portent préjudice aux personnes psychologiquement vulnérables et les discriminent.

## **7 Utiliser les représentations sociales qui déproblématisent les troubles psychiques [«counterframes»].**

Il ne semble pas évident de bannir radicalement les «frames» problématiques. Objectivement, ceux-ci sont presque inévitables dans les médias, qui se doivent d'être courts et brefs. Toutefois, il est recommandé de les compenser en utilisant des «counterframes» qui ouvrent sur d'autres perceptions des troubles psychiques.

Le professeur Van Gorp et son équipe ont élaboré à cette fin sept cadres de pensée qui proposent un autre regard sur la santé mentale. Ils vous permettent de garder à l'esprit que, bien que ces «counterframes» ne soient pas non plus corrects en toutes circonstances et restent simplificateurs, ils permettent de compenser l'utilisation de «frames» réducteurs et d'obtenir ainsi un discours plus nuancé.

# 7 COUNTERFRAMES



## LA MOSAÏQUE

Un trouble psychique n'est qu'une facette de la personnalité.



## LA JAMBE CASSÉE

Un trouble psychique est une pathologie comme une autre.



## LE CAS PARTICULIER

Un trouble psychique peut être l'expression d'un talent particulier.



## L'INVITÉ IMPRÉVU

Ce type de pathologie désagréable vous colle à la peau. Mais, il est possible de vivre avec.



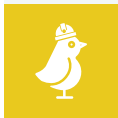
## LA LONGUE MARCHÉ

La personne avec un trouble psychique peut être en voie de guérison et n'est pas seule face à l'épreuve.



## LA FAILLE

Un trouble psychique peut être une réaction à un traumatisme, dont la cause est externe, extérieure à la personne touchée.



## LE CANARI DANS LA MINE

Les troubles psychiques peuvent être provoqués par une trop forte pression de la société ; c'est surtout à ce niveau qu'il faut agir.

# 5 FRAMES



## LA PEUR DE L'INCONNU

Les troubles psychiques suscitent l'anxiété, **la peur de l'inconnu**; les personnes qui en sont atteintes sont imprévisibles, voire dangereuses.



## LA MAÎTRISE DE SOI

Si elles le désirent vraiment, les personnes avec des troubles psychiques peuvent, moyennant un peu plus de volonté et de **maîtrise de soi**, se débarrasser aisément de leurs problèmes.



## LE MONSTRE

Un trouble psychique peut prendre le contrôle d'une personne et frapper à tout moment. Elle devient alors un **monstre** dont on ne peut contrôler les réactions.



## LE MAILLON FAIBLE

La personne avec un trouble psychique est un **maillon faible** et le restera toujours.



## LA PROIE FACILE

La personne avec un trouble psychique est une **proie facile**, une victime des thérapeutes et des firmes pharmaceutiques.

# Plus d'informations ?

## RAPPORT DE RECHERCHE

« *(Se) représenter autrement les personnes avec des troubles psychiques – Analyser-nuancer-déstigmatiser* »

## BROCHURE

« *Tous fous ? Parler autrement de la santé mentale* »

## VIDÉO YOUTUBE

« *Tous fous ? Parler autrement de la santé mentale – 10 conseils pratiques pour parler autrement de santé mentale* »

**Sept conseils pratiques pour une communication plus nuancée à propos de la santé mentale**

Deze folder bestaat ook in het Nederlands onder de titel: **Zeven vuistregels voor een meer correcte en genuanceerde verslaggeving over geestelijke gezondheid**

Une édition de la Fondation Roi Baudouin  
Rue Brederode 21 - 1000 Bruxelles

**REDACTEURS:** Guy Tegenbos et des experts du vécu dans les soins de santé mentale. Ce dépliant est basé sur la recherche réalisée par l'Institut voor **Mediastudies, KU Leuven**, dirigée par le **Professeur Baldwin Van Gorp**.

**COORDINATION POUR LA FONDATION ROI BAUDOUIIN:** Gerrit Rauws, Tinne Vandensande, Yves Dario, Pascale Prête

Ce dépliant peut être commandé ou téléchargé [gratuitement] sur le site [www.kbs-frb.be](http://www.kbs-frb.be)

Avec le soutien de la Loterie Nationale



[www.kbs-frb.be](http://www.kbs-frb.be)

Dépôt légal: D/2848/2018/27  
Numéro de commande: 3615  
Novembre 2018