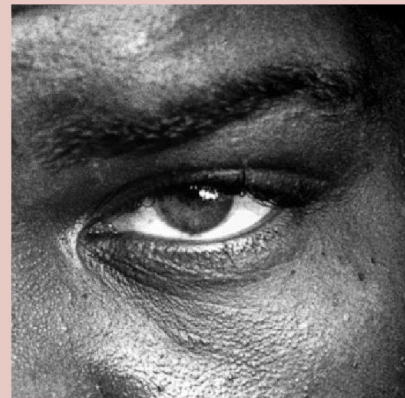


SANTÉ MENTALE ET ITINÉRANCE : ADOPTER UNE VISION DE SANTÉ GLOBALE POUR BIEN VOIR LA COMPLEXITÉ DES RÉALITÉS

Mylène Demarbre, Psychologue, Psy.D./Ph.D et Directrice clinique -
Programme santé mentale, Catherine Ethier, Psychologue, D.Ps.,
Anne-Marie Émard, Psychologue, PsyD/PhD,
Stéphanie Aubin, Sexologue psychothérapeute, M.A.

L'équipe du programme santé mentale de Médecins du Monde offre des services de psychothérapie aux personnes en situation de désaffiliation dans différents quartiers et organismes communautaires montréalais. Le respect de la dignité, l'accueil de l'autre, la reconnaissance de son expérience et la qualité de la relation thérapeutique sont au fondement de notre approche en santé mentale.



Itinérance : une rupture du lien social qui génère des souffrances

L'itinérance est un phénomène complexe qui dépasse la question du logement.

Évitons d'invisibiliser la réalité de nombreuses personnes et définissons-la en tenant compte de la question résidentielle certes, mais aussi de la vulnérabilité sociale, financière, physique, psychologique et relationnelle. Elle concerne un ensemble hétérogène de personnes faisant face à un cumul d'exclusions dont la situation actuelle est le fruit d'un processus de désaffiliation sociale complexe qui s'est déployé dans le temps.

La rupture du lien entre l'individu et la société en est un point central et l'environnement social joue un rôle déterminant. Certaines normes et structures agissent en systèmes d'exclusion qui participent à la précarisation de nombreux citoyens. Une personne ne se désaffilie jamais toute seule. La brisure et l'éventuel rétablissement du lien social se jouent autant du côté de l'individu que de la société.

En plus des conséquences objectives qu'elle engendre, l'itinérance est aussi une expérience humaine bouleversante qui s'accompagne de beaucoup de souffrances. Cet aspect est souvent négligé, plus méconnu. Parce qu'elle a de lourdes répercussions sur la vie, le fonctionnement psychique, le monde émotionnel, l'estime de soi et les capacités relationnelles, la désaffiliation est directement liée à la santé mentale.

Santé mentale et itinérance : des facteurs complexes qui s'influencent et des réalités diverses

La prévalence des enjeux de santé mentale est plus importante au sein des communautés itinérantes que dans la population générale³¹. Divers facteurs rendent les personnes désaffiliées plus à risque de faire l'expérience d'enjeux psychologiques. La précarité, la stigmatisation et le manque de services adaptés en font partie. Également, la plupart des personnes en situation d'itinérance qui connaissent des problèmes de santé mentale vivent avec plus d'un trouble

31. Santé publique Ontario. (2019). L'itinérance et les résultats en matière de santé: quels sont les liens? <https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/e/2019/eb-homelessness-health.pdf?la=fr>

en même temps³². L'itinérance et la santé mentale s'inter-influencent mutuellement; ces deux phénomènes sont à la fois cause et conséquence l'un par rapport à l'autre. Avoir des problèmes de santé mentale peut favoriser l'itinérance et inversement, l'itinérance contribue à ce qu'une personne développe des enjeux psychologiques. Si toutes les personnes désaffiliées ne présentent pas de troubles de santé mentale, la majorité d'entre elles ont été confrontées à des expériences traumatiques complexes ayant causé une grande souffrance.

Les visages de la santé mentale en itinérance sont divers. Oui, c'est la personne en psychose qui soliloque en pleine rue, mais pas seulement... C'est aussi la personne tellement écrasée par son immense tristesse qu'elle est incapable de sortir de sa maison de chambres. Ou celle qui est complètement isolée, à la suite d'expériences d'abus répétées qui ont causé une méfiance extrême. C'est également celle dont la consommation, qui était à la base un moyen de gérer sa détresse émotionnelle, en est venue à envahir complètement sa vie. L'intersection des enjeux de santé mentale et d'itinérance se présente sous une foule de portraits complexes qui ne se laissent pas comprendre et saisir (ou compter!) facilement.

Services en santé mentale: encore trop d'obstacles et de stigmatisation

Plusieurs barrières privent encore les personnes de soins auxquels elles ont droit. La plupart des services en santé mentale sont inaccessibles ou inadaptés pour les popu-

lations marginalisées qui se heurtent à des portes closes ou se retrouvent coincées entre des portes tournantes.

La logique selon laquelle opèrent les services publics sied souvent mal à leur situation complexe. L'organisation des programmes en silos et la division des services en problématiques spécifiques sont inadaptées pour les personnes désaffiliées qui vivent à l'intersection de plusieurs réalités. Les interventions à court terme proposées en première ligne ne permettent pas le temps nécessaire pour apaiser leur méfiance relationnelle et créer un lien de confiance. À l'urgence, leurs expériences se résument trop souvent à de brèves hospitalisations sans offre de suivi ni référence à la sortie. Les services plus spécialisés ont habituellement des critères d'évaluation et d'entrée stricts et demeurent inaccessibles pour la majorité des personnes désaffiliées qui « ne rentrent pas dans les cases ». Plusieurs services de santé mentale considèrent que les personnes itinérantes ne sont pas « prêtes » à entamer une démarche thérapeutique ou exigent qu'elles « se réinsèrent » ou « maîtrisent » leur consommation avant de pouvoir obtenir un suivi. Par-dessus tout, elles font encore face à des expériences de stigmatisation de la part des professionnels de santé souvent trop peu sensibilisés à leurs réalités et besoins. Ainsi, le recours aux services contribue à aggraver la détresse des personnes qui se heurtent au rejet et au jugement au sein même des structures censées les accueillir.

32. Poirier, M. (2007). Santé mentale et itinérance: analyse d'une controverse. *Nouvelles pratiques sociales*, 19(2), 76-91. <https://www.erudit.org/fr/revues/nps/2007-v19-n2-nps1724/016052ar/>

Changeons les choses : vers une offre de soins de santé mentale dignes, humains et adaptés

Il est impératif que nous agissions collectivement afin de répondre aux enjeux de santé mentale en itinérance et nous invitons l'ensemble des acteurs en santé à se mobiliser en ce sens. Actuellement, ce sont les patients qui doivent s'adapter aux services, alors que ça devrait être le contraire ! Soyons flexibles et travaillons conjointement avec les personnes à partir de ce qu'elles souhaitent pour elles-mêmes. Par-delà le traitement des maladies, intéressons-nous au vécu, aux réalités et à la détresse des personnes désaffiliées. Pour soigner les ruptures sociales, proposons des approches ré humanisantes fondées sur la qualité du lien et le respect des personnes.

Adoptons une compréhension de la santé mentale qui ne se réduit ni à la présence de troubles psychiatriques, ni aux étiquettes diagnostiques. Empruntons plutôt une perspective de santé globale qui réfléchit aux voies à travers lesquelles la souffrance psychique et les vulnérabilités des personnes s'interrelient à des facteurs politiques et sociaux. *

**« EN PLUS DES
CONSÉQUENCES
OBJECTIVES
QU'ELLE ENGENDRE,
L'ITINÉRANCE
EST AUSSI UNE
EXPÉRIENCE HUMAINE
BOULEVERSANTE
QUI S'ACCOMPAGNE
DE BEAUCOUP DE
SOUFFRANCES. »**

