

La stigmatisation

« **La stigmatisation** est le fait de considérer une personne ou un groupe de personnes de manière négative en raison d'une caractéristique perçue ou d'un attribut partagé » (CCLAT, 2022).

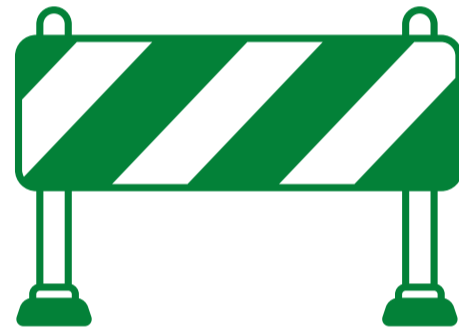
Les personnes qui consomment des substances ou qui en ont consommé sont souvent stigmatisées.

Les jeunes apprennent de tous ceux qui les entourent, y compris les enseignants, la famille et les pairs. Vous pouvez montrer l'exemple en adoptant un langage non stigmatisant et inclusif.

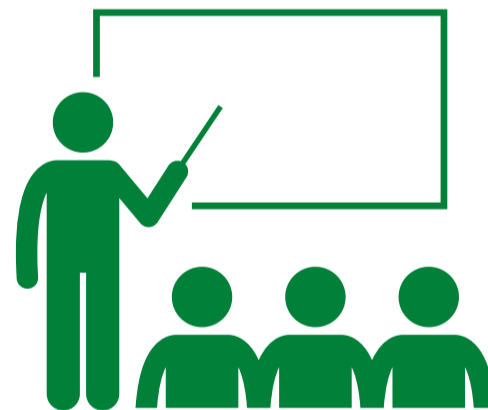


Impacts de la stigmatisation

La stigmatisation est un obstacle à la demande d'aide. Les jeunes peuvent craindre d'être **honteux** ou **jugés**, ce qui peut les conduire à **s'isoler**.



La stigmatisation peut mettre les jeunes **mal à l'aise** lorsqu'ils participent à des discussions en classe ou s'adressent à des adultes, car ils s'inquiètent de ce que les autres peuvent penser.



La stigmatisation peut inciter les jeunes à dissimuler leur consommation de substances ou à la consommer seuls. Cela peut augmenter le risque d'intoxication ou les empêcher de chercher de l'aide.



Formes de la stigmatisation

1

Stigmatisation structurelle

Se produit lorsque la société dévalorise les personnes qui font partie d'un certain groupe. Cela entraîne des inégalités, notamment un manque d'opportunités en matière d'éducation, ou le fait que ces personnes ne sont pas prises au sérieux lorsqu'elles demandent de l'aide.



2

Stigmatisation sociale

Se produit lors des interactions avec les autres. Elle comprend l'utilisation d'attitudes et d'un langage négatifs. Elle peut conduire à des attitudes et à des comportements négatifs, ainsi qu'à la discrimination.



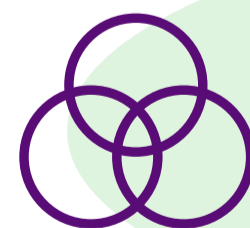
3

Autostigmatisation

Se produit lorsqu'une personne croit les choses négatives que l'on dit d'elle. Il est extrêmement important pour les jeunes de s'intégrer à leurs pairs. L'intériorisation de croyances négatives peut avoir un impact durable.



La stigmatisation intersectionnelle est un chevauchement de ces deux types de stigmatisation et se produit lorsqu'une personne est stigmatisée pour de multiples raisons.



Échelle de la santé liée à l'utilisation de substances psychoactives

Non-utilisation
(Abstinence)

Utilisation bénéfique

Utilisation à faible risque

Utilisation à haut risque

Addiction
(troubles liés à l'utilisation de substances)

La consommation de substances psychoactives peut être considérée comme une échelle. Les individus peuvent faire des allers-retours sur cette échelle au cours de leur vie.

Pour en savoir plus sur l'échelle de l'utilisation des substances :

Decyde.ca/fr/materiel-educatif/#sante-et-consommation-de-substances

Comment les éducateurs peuvent-ils contribuer à réduire la stigmatisation ?

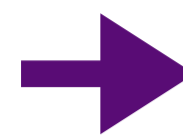
1

Utilisez un langage centré sur la personne

Le langage utilisé pour parler de la consommation de substances psychoactives **est important**.

Les enfants et les jeunes apprennent de leur entourage, y compris des enseignants.

Vous pouvez donner un exemple positif en adoptant un langage non stigmatisant et en faisant preuve d'ouverture.



Langage centré sur la personne

- Au lieu de « consommateur de drogues », dites « **quelqu'un qui consomme des substances** ».
- Au lieu de « rechute », dites « **récurrence de la consommation** ».
- Au lieu de « toxicomane », dites « **personne souffrant d'un trouble lié à l'utilisation de substances** ».
- Évitez les stéréotypes qui font de la victime une victime, tels que « paresseux, faible ».
- Évitez les étiquettes négatives telles que « toxicomane » et « drogué ».

2

Soutenez vos élèves

Discutez activement de la consommation de substances psychoactives en classe. Ces conversations ouvertes aideront les élèves à se sentir plus à l'aise dans les discussions.

N'oubliez pas qu'environ 1 élève sur 5 rentrera chez lui dans une famille qui consomme. Soyez conscient de ce fait et des réalités auxquelles les enfants sont confrontés.

Vous pouvez les orienter vers le conseiller d'orientation ou d'autres services de soutien s'ils expriment des inquiétudes.



3

Favoriser l'autonomie et l'acceptation de soi

Discutez de l'importance des soins personnels et proposez des activités de soins personnels dans la classe.

Il peut s'agir d'une promenade avec les élèves ou de quelques minutes consacrées à des activités de pleine conscience.

Le fait de prendre soin de soi et de s'accepter soi-même peut les aider à se sentir plus à l'aise pour demander de l'aide.



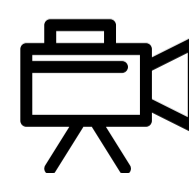
Le saviez-vous ?



Le trouble lié à l'utilisation de substances psychoactives est une affection médicale qui peut être traitée. La consommation continue de substances peut affecter le cerveau en développement, notamment la capacité à prendre des décisions et à contrôler ses impulsions.

Certaines personnes considèrent la consommation de substances comme un choix. Cette vision stigmatisante ne réduit pas la consommation de substances et peut être préjudiciable à l'individu.

Pour en savoir plus sur la stigmatisation



Regardez cette vidéo sur la stigmatisation réalisée par le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances.

<https://www.youtube.com/watch?v=yWiuVHEdK0w>

Pour en savoir plus, visitez notre site:

www.decyde.ca/fr/



Donner les moyens à la jeunesse pour qu'elle

DECYDE



Références

1. Get sensible. (2021). The Guiding Principals of Education. <https://getsensible.org/wp-content/uploads/2021/11/Sensible-Cannabis-Education-Booklet-1.pdf>
2. Canadian Centre on Substance Use and Addiction. (2022). Understanding Substance Use. Educators Guide. <https://ccsa.ca/sites/default/files/2022-09/Understanding-Substance-Use-Educators-Guide-en.pdf>
3. Community Addictions Peer Support Association. Understanding Substance Use Health. <https://capsa.ca/wp-content/uploads/2022/10/CAPSA-Substance-Use-Health-EN-1.pdf>
4. Health Canada (2022). Substance Use Health. <https://www.canada.ca/en/health-canada/services/publications/healthy-living/substance-use-spectrum-infographic.html>