

## Plan de Session de Formation

### Introduction à la Santé Mentale et aux Droits de l'Homme



Développé par : Nino Makhashvili  
Tamara Metreveli  
Karen Ghazaryan  
Écrit par : Alicia Dibbets  
Traduit par: Frédérique Taylor

## **The International Federation of Health and Human Rights Organisations (IFHHRO)**

*La IFHHRO compose un réseau unique d'organisations actives dédiées à la protection et à la promotion des droits de l'homme liés à la santé. Ses membres et observateurs sont des groupes de droits de l'homme qui s'intéressent aux violations de droits relatifs à la santé, des associations médicales impliquées dans un travail sur les droits de l'homme, ainsi que des organisations qui ont été créées spécifiquement dans le but de mobiliser les travailleurs de la santé autour de la protection des droits de l'homme.*

*Pour plus d'informations, rendez-vous sur notre site internet : [www.ifhhro.org](http://www.ifhhro.org)*

---

Copyright © IFHHRO, 2009

Ce plan de session peut être reproduit à condition que sa source soit spécifiée.

La IFHHRO accepte volontiers les propositions de traduction.

Des copies du plan de session sont disponibles, sur demande, dans d'autres formats.

Pour plus d'informations : [ifhhro@ifhhro.org](mailto:ifhhro@ifhhro.org)



### Objectifs d'Apprentissage

- Attirer l'attention sur l'importance de la santé mentale
- Se familiariser avec les définitions des termes appropriés ainsi qu'aux difficultés inhérentes à ces définitions
- Comprendre les violations des droits de l'homme communes liées à la santé mentale et comment celles-ci peuvent être associées aux normes des droits de l'homme



### Groupe Cible

Les personnes ayant peu de connaissances sur la santé mentale et les violations des droits de l'homme dans le contexte de la santé mentale. On suppose que les participants auront une compréhension de base des instruments relatifs aux droits de l'homme



### Durée

90 minutes



### Matériel

- Feuilles de tableau de conférence
- Marqueurs
- Ruban adhésif



### Outils Pédagogiques

1. Présentation PowerPoint sur la santé mentale et les droits de l'homme
2. Études de cas sur les violations des droits de l'homme relatifs à la santé mentale
3. Chapitre 7 du Guide de Ressources sur la Santé et les Droits de l'Homme de l'OSI en ligne sur [www.equalpartners.info](http://www.equalpartners.info)



### Plan de Session

#### Préparation

Étude de la présentation PowerPoint (Outil Pédagogique 1) et du Chapitre 7 du Guide de Ressources sur la Santé et les Droits de l'Homme de l'OSI (Outil Pédagogique 3). Les informations sur les diapositives PowerPoint seront présentées à différents points au cours de la session et les informations du Guide de Ressources peuvent être utilisées comme contexte pour ces brèves présentations.

Faites une ligne avec une bande de papier et écrivez sur cette ligne selon le diagramme suivant, trois sphères d'influence possibles de problèmes de santé mentale :

Sociale	Psychologique	Biologique
---------	---------------	------------

Faites quatre « îles » en papier, chacune représentant un établissement de santé mentale: Hôpital psychiatrique, Quartier psychiatrique de prison, Institution pour enfants handicapés, Foyer de soins sociaux.

Préparez quatre feuilles de papier en divisant chacune en deux, un côté pour les violations et un côté pour les normes des droits de l'homme.

Faites plusieurs copies des quatre études de cas afin de pouvoir les distribuer à quatre groupes de participants. Copiez les tableaux des pages 10 à 26 de l'Outil Pédagogique 3 pour les participants.

**Étape 1 Introduction & Objectifs (5 minutes)**

Expliquez le but et le thème principaux de la session et informez les participants sur ce qui va se passer au cours de la session.

**Étape 2 La prévalence des problèmes de santé mentale (5 minutes)**

Demandez aux participants de lever la main en réponse aux questions suivantes :

- Connaissez-vous quelqu'un avec des problèmes de santé mentale?
- Un membre de votre famille souffre-t-il de problèmes de santé mentale ?
- Avez-vous vous-même eu des problèmes de santé mentale dans votre vie?

**Étape 3 Présentation des données (5 minutes)**

Expliquez que les problèmes de santé mentale sont très répandus dans la société. Servez-vous des diapositives de PowerPoint 2, 3 et 4 (Outil Pédagogique 1) pour illustrer ce point.

**Étape 4 Les causes des problèmes de santé mentale (15 minutes)**

Mettez la ligne avec les trois sphères d'influence de problèmes de santé mentale par terre et demandez à tous les participants de se lever. Ensuite, demandez aux participants de choisir un endroit sur la ligne selon ce qu'ils croient être la cause et l'impact principaux des problèmes de santé mentale. Les problèmes de santé mentale sont-ils principalement influencés par des aspects sociaux, psychologiques ou biologiques? Demandez aux participants se tenant à différents endroits sur la ligne, pourquoi ils ont choisi cette option. Discutez les sphères d'influence avec les participants et concluez que les trois jouent un rôle significatif dans les problèmes de santé mentale.

**Étape 5 L'approche bio-psycho-sociale (5 minutes)**

Illustrez la conclusion de l'étape précédente avec les diapositives PowerPoint 5 à 9.

**Étape 6 Définitions (10 minutes)**

Présentez les définitions des « problèmes de santé mentale », des « troubles mentaux », de la « déficience intellectuelle » et du « handicap » compris dans les diapositives PowerPoint 10 à 14. Discutez les définitions avec les participants en vous servant des questions de discussion suivantes :

- Quelles sont les différences entre les définitions ?
- Les participants sont-ils d'accord avec (tous les aspects) des définitions ?
- Quelles difficultés peuvent apparaître lors de l'application de ces définitions ?

**Étape 7 Les instruments des droits de l'homme (10 minutes)**

Présentez les instruments des droits de l'homme appropriés à la santé mentale à l'aide de la diapositive PowerPoint 15. Si nécessaire, le type de violations des droits de l'homme qui peut exister en relation à la santé mentale peut-être illustré en montrant des photos et/ou des vidéos aux participants.

**Étape 8 Les violations et les normes des droits de l'homme (20 minutes)**

Étalez les quatre « îles » en papier représentant les différentes institutions de santé mentale au sol et demandez aux participants de choisir une institution en se plaçant sur une île. Les participants de chaque « île » formeront un groupe qui travaillera sur l'étude de cas de l'institution choisie. Distribuez les études de cas des différentes institutions aux groupes. Donnez aussi à chaque groupe la feuille de papier divisée en « violations » et « normes des droits de l'homme » et distribuez les tableaux du Guide de Ressources de l'OSI (Outil Pédagogique 3). Demandez aux groupes d'identifier les violations des droits de l'homme

dans l'étude de cas et d'y associer les normes des droits de l'homme spécifiques en se servant des tableaux du Guide de Ressources de l'OSI. Demandez leur aussi de noter leurs conclusions sur les feuilles de papier préparées.

**Étape 9      *Présentation et discussion (10 minutes)***

Accrochez les feuilles remplies au mur et parcourez les avec les participants en demandant aux groupes pourquoi ils ont choisi d'associer certaines violations à certaines normes des droits de l'homme. Discutez les résultats et complétez la liste si nécessaire.

**Étape 10      *Conclusion (5 minutes)***

Résumez le message-clé :

- la santé mentale est répandue dans la société ;
- les facteurs sociaux, biologiques et psychologiques influence tous la santé mentale ;
- il n'est pas facile de faire correspondre des problèmes de santé mentale à des définitions spécifiques ;
- de nombreux types de violations des droits de l'homme peuvent se produire en relation à la santé mentale;
- beaucoup des droits contenus dans les instruments des droits de l'homme internationaux et régionaux sont pertinents à la santé mentale.

## Outil Pédagogique 1 – Présentation PowerPoint

Les diapositives PowerPoint nécessaires à cette session sont contenues dans la présentation PowerPoint intégrée ci-dessous.

### Introduction à la Santé Mentale et aux Droits de l'Homme

#### Le saviez-vous ?

- Il y a une forte prévalence des problèmes de santé mentale (SM) :
- **Une personne sur quatre** développera un problème de SM dans sa vie
- **Une famille sur quatre compte au moins un membre** actuellement souffrant d'un problème de SM.
- Les problèmes de SM sont présents à tout moment chez environ **10% des adultes**.

#### Le saviez-vous ?

- La progression des maladies mentales augmente :
- Bien qu'elles représentent actuellement **12% du poids total de la maladie**, les projections pour 2020 **atteignent 15%**.
- **La dépression** devrait devenir la **deuxième cause de maladie et d'invalidité** d'ici l'an 2020.

#### Le saviez-vous ?

- Un grand nombre d'enfants et d'adultes souffrant d'**incapacités mentales** sont internés :
- **317.000 enfants** souffrant d'incapacités mentales vivent en institution à travers la CEI et les PECO;
- il y a 7.400 institutions supervisées pour handicapés dans les pays de l'ex-Union Soviétique

Sources : WHO (2001), Bureau Jacques (2003), Base de Données de l'EGH (2009).

#### L'approche bio-psycho-sociale

Une vue holistique de la santé :

- Les facteurs **biologiques**, **psychologiques** (par les émotions et les comportements), et **sociaux** (relations, stress) jouent tous un rôle significatif dans le fonctionnement humain dans le contexte de la santé, de la maladie ou du handicap.

#### Quelqu'un peut être déprimé

à cause :

- d'un problème médical (comme une crise cardiaque);
- d'un problème social (comme la perte d'un être cher) ;
- ou d'un problème psychologique (comme être de nature à trop s'auto-critiquer)

La dépression montrera sans doute :

- des symptômes physiques (tels que parole ralentie et perte d'appétit)
- des symptômes psychologiques (tels que des pensées suicidaires)
- des symptômes sociaux (tels que le retrait social)

Traitement de la dépression

au moyen de :

- moyens physiques (antidépresseurs, exercice physique)
- moyens psychologiques (thérapie comportementale et cognitive)
- moyens sociaux (inciter la personne à sortir et à entretenir des relations avec d'autres personnes)

**La plupart des problèmes de SM sont influencés par des domaines multiples d'expérience humaine et ont des impacts biologiques (médicaux), psychologiques (mentaux) et sociaux/spirituels.**

Définitions (1)

**La santé mentale:**

« Un état de bien-être dans lequel l'individu réalise ses capacités, peut faire face au stress normal de la vie, peut travailler de manière utile et profitable et peut participer à la vie de sa communauté. »

Définitions (2)

**Mauvaise santé mentale / problèmes de SM :**

- comprend le surmenage, le fonctionnement affaibli associé à de l'anxiété, les symptômes, les problèmes développementaux et les troubles mentaux décelables tels que la schizophrénie, la dépression, l'anxiété et autres.
- couvre les troubles mentaux et aussi les problèmes intellectuels/développementaux et les affaiblissements/le handicap

Définitions (3)

**Les troubles mentaux :**

- maladies qui affectent beaucoup de fonctions différentes : les sens, la pensée, les sentiments, le raisonnement et le comportement
- une grande variété d'images cliniques nécessitant des formes de traitement différentes
- peuvent être soignés ou stabilisés grâce à des médicaments, de la psychothérapie ou d'autres systèmes de soutien

### Définitions (4)

**La déficience intellectuelle :**

- une affection où les gens ont des difficultés considérables d'apprentissage et de compréhension à cause d'un développement incomplet de l'intelligence
- les compétences dans des domaines tels que la connaissance, le langage, les capacités motrices et sociales peuvent être affaiblies de façon permanente
- les personnes avec DI ne sont pas malades, à moins qu'ils n'aient une maladie courante
- pour qu'ils puissent prendre part à la société, ils ont besoin d'informations, d'une éducation ou d'une formation faciles à comprendre

### Définitions (5)

**Le handicap :**

- résulte de l'interaction entre des personnes présentant des incapacités et les barrières comportementales et environnementales qui font obstacle à leur pleine et effective participation à la société sur la base de l'égalité avec les autres (CDPH)

### Les Instruments Internationaux de Droits de l'Homme

- Pacte international relatif aux droits civils et politiques (PIDCP)
- Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels (PIDESC)
- Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes (CEDEF)
- Convention contre la torture et autres peines ou traitements cruels, inhumains ou dégradants (CAT)
- Convention relative aux droits de l'enfant (CDE)
- Convention relative aux droits des personnes handicapées (CDPH)
- Convention européenne de sauvegarde des droits de l'homme et des libertés fondamentales (CEDH)
- Charte sociale européenne (CSE)



## Outil Pédagogique 2 – Études de cas

---

-----✂-----

### Étude de cas 1 – Quartier psychiatrique de prison

Un patient est attaché au lit avec des cordes. Les moniteurs le trouvent encore attaché le lendemain. Il déclare qu'il n'a pas été libéré pendant deux jours et une nuit. Il y a un pot de chambre sous son lit. Le lit se trouve dans le couloir à cause du surpeuplement.

Il n'y a aucune mention dans son dossier médical des mesures restrictives appliquées. L'infirmier explique que le patient est trop énervé et que les injections et les contraintes physiques sont nécessaires pour le calmer.

---

-----✂-----

### Étude de cas 2 – Institution pour enfants handicapés

L'institution accueille 105 bénéficiaires bien que sa capacité soit de 78. L'institution reçoit donc un financement pour 78 enfants. Il y a 9 ou 10 lits dans chaque chambre et les chambres sont bondées.

- Seuls 3 bénéficiaires sont impliqués dans le projet d'éducation ouverts à tous.
- Aucun plan de développement individuel n'a été développé pour les bénéficiaires.
- Les bénéficiaires ne peuvent pas participer à des activités centrées sur leur développement physique.
- Les moniteurs ont observé un infirmier se servant d'un balai sur un enfant pour le «laver à distance».
- Il y a eu de cas de mort depuis le suivi précédent il y a 3 mois.

---

-----✂-----

### Étude de cas 3 – Hôpital psychiatrique

- Une patiente est à l'hôpital depuis de nombreuses années car personne ne lui rend visite à l'hôpital et les docteurs ne sont pas enclins à la laisser sortir seule.
- Les docteurs disent que sa condition s'est stabilisée et qu'elle n'a plus besoin de traitement.
- Elle n'a pas le droit de passer un coup de téléphone.
- Elle présume que son tuteur (un parent proche) reçoit sa pension d'invalidité.
- Elle n'a pas d'effets personnels, elle porte de vieux vêtements usés et n'a ni armoire ni able de nuit.
- Elle déclare qu'elle nettoie parfois les toilettes et que le personnel lui donne des petites primes pour ça (une cigarette, un morceau de pain supplémentaire).

#### **Étude de cas 4 – Foyer de soins sociaux (établissement à long terme)**

- Les résidents vivent dans ce Foyer durant des années sans espoir de retourner dans leur maison et leur communauté.
- Il n'y a pas d'atelier ou de sports ou d'activité pour les occuper de façon significative.
- L'espace commun est situé dans un couloir froid sans équipement convenable. Il y a de vieilles chaises cassées (mais pas de table ni de canapé) et une petite télé sur une étagère.
- Il n'y a pas de rampe pour que les fauteuils roulants puissent accéder aux étages supérieurs. Les résidents à mobilité réduites logent dans les chambres du rez-de-chaussée.
- Les problèmes de chauffage n'ont pas été résolus. Il y a de l'eau chaude une fois par semaine.
- Le directeur se plaint qu'en cas d'urgence les cliniques extérieures refusent les résidents du Foyer.
- Le taux de mortalité est assez élevé (10 par an).

