



Association canadienne
pour la santé mentale
Montréal

GUIDE DES
RELATIONS
INTERCULTURELLES
EN SANTÉ MENTALE



REMERCIEMENTS

L'édition du présent guide a été rendue possible grâce à l'appui de bénévoles professionnels engagés dont l'expertise fait la richesse de l'Association canadienne pour la santé mentale – Filiale de Montréal.

Nous les en remercions chaleureusement.

Habib El-Hage
Collège de Rosemont

Leila Ghattas
CSSS de Saint-Léonard et Saint-Michel
CLSC Saint-Michel

Stéphane Hernandez
CSSS de la Montagne

Marie-Rosaire Kalanga
Wa Tshisekedi
Clinique externe de psychiatrie du CSSS
Cœur-de-l'île et Clinique de psychiatrie
transculturelle de l'Hôpital Jean-Talon

Gisèle Legault
Professeure retraitée, École de service social,
Université de Montréal

Eilyn Miranda
Association des parents et amis de la personne
atteinte de maladie mentale de la Rive-Sud

Lilyane Rachédi
Professeure, École de travail social, UQAM

Célia Rojas-Viger
Chercheuse invitée au département
d'anthropologie et chargée de cours à
l'Université de Montréal

Aline Sabbagh
Psychologue clinicienne

Angela Stoica
Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île

Catalogage avant publication de Bibliothèque et
Archives nationales du Québec et Bibliothèque et
Archives Canada

Coulombe, Valérie, 1975-

GUIDE DES RELATIONS INTERCULTURELLES EN SANTÉ MENTALE

Comprend des réf. bibliogr.

ISBN 978-2-921948-27-2

1. Immigrants — Santé mentale — Québec (Province) — Montréal.
2. Maladies mentales — Prévention. 3. Santé mentale, Services
de — Québec (Province) — Montréal — Répertoires. I. Bazinet,
Cathy. II. Landry, Marie-Ève, 1982- . III. Association canadienne
pour la santé mentale. Filiale de Montréal. IV. Titre.

RC451.4.E45C68 2010 362.2086*9120971428 C2010-940937-X

CONCEPTION ET DIRECTION

Valérie Coulombe

RÉDACTION

Valérie Coulombe
Marie-Ève Landry
Cathy Bazinet

RÉVISION

Françoise Major

CONSULTANTS

Stéphane Hernandez
Travailleur social, CSSS de la Montagne
Gisèle Legault
Professeure retraitée, École de service social, Université de Montréal
Lilyane Rachédi
Professeure, École de travail social, UQAM
Célia Rojas-Viger
Médecin et anthropologue, chargée de cours à l'Université de Montréal
Aline Sabbagh
Psychologue
Angela Stoica
Enseignante, Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île

CONCEPTION GRAPHIQUE

Jonathan Rehel

DIRECTION ARTISTIQUE

Cathy Bazinet
Jonathan Rehel

IMPRIMEUR

Imprimerie G.G.

DISTRIBUTION

ACSM-Montréal
55, av. Mont-Royal Ouest, bureau 605
Montréal (Québec) H2T 2S6
Téléphone : 514 521-4993
Télécopieur : 514 521-3270
Courriel : acsmmtl@coopitel.qc.ca
Site Internet : www.acsmtmontreal.qc.ca

ISBN 978-2-921948-27-2
Dépôt légal, 2^e trimestre 2010
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada

© Tous droits réservés

Le masculin est utilisé à titre épécène pour faciliter la lecture du texte.



Centraide
du Grand Montréal

Santé
et Services sociaux
Québec





Association canadienne
pour la santé mentale
Montréal

GUIDE DES RELATIONS INTERCULTURELLES EN SANTÉ MENTALE



30%

Le **Guide des relations interculturelles en santé mentale** est imprimé sur du Rolland Opaque 30, contenant 30 % de fibres postconsommation, certifié ÉcoLogo et fabriqué à partir d'énergie biogaz.

ACSM-Montréal © Tous droits réservés.



PRÉFACE

Le **Guide des relations interculturelles en santé mentale** de l'Association canadienne pour la santé mentale – Filiale de Montréal est un outil de référence, de soutien et de prévention destiné aux intervenants travaillant auprès des personnes issues de l'immigration. Ce guide propose des points de repère qui vous aideront à comprendre les difficultés liées à l'immigration et les distinguer de celles associées à la détresse psychologique, voire à certains troubles mentaux plus sévères. Dans ce contexte, il propose des façons concrètes d'améliorer vos interventions afin d'aider les personnes que vous rencontrez chaque jour.

Toutefois, ce guide ne saurait en AUCUN CAS remplacer l'avis d'un professionnel reconnu en santé mentale (médecin, psychiatre, psychologue, travailleur social ou autre).

Parce que le bien-être des individus et des familles que vous accompagnez dans le cadre de votre travail vous tient à cœur, n'hésitez pas à vous adresser à un professionnel si certaines situations sont très complexes ou en cas de doute.

TABLE DES MATIÈRES

- 2 Préface**
- 3 Table des matières**
- 5 Introduction**
- 6 Le rôle de l'intervenant en promotion-prévention en santé mentale**
- 8 L'importance de la formation en contexte interculturel**

11 L'immigration au Québec et au Canada

- 13** Portrait statistique de l'immigration : un bref aperçu au Québec et à Montréal
- 16** Les politiques d'immigration du Canada et du Québec
- 17** Les statuts et catégories d'immigrants

21 La santé mentale et l'immigration

- 21** Les déterminants sociaux de la santé mentale
- 23** Le parcours migratoire des immigrants
- 28** Le processus d'intégration des immigrants
- 29** L'identité en contexte d'immigration
- 30** La famille et l'immigration
- 32** Les spécificités de divers groupes de population
- 36** Les communautés autochtones : une minorité culturelle non immigrante

41 Les mécanismes d'exclusion

45 L'intervention en contexte interculturel

- 46** L'approche interculturelle dans le processus d'aide
- 50** La diversité des valeurs
- 53** Les principes de la communication interculturelle
- 57** Les difficultés liées à l'intervention en contexte interculturel
- 58** Faire face à un sentiment d'impuissance

61 Les conceptions de la santé et de la maladie mentale selon les cultures

- 66** L'ethnopsychiatrie

69 L'accessibilité des services aux personnes immigrantes

- 70** Le recours aux interprètes
- 72** Comment rendre les services plus accessibles et favoriser leur adaptation aux besoins des communautés culturelles ?
- 75** La notion d'accommodement raisonnable dans les services publics et communautaires

76 Bibliographie

- 78 Pour approfondir la réflexion**
- 80 Ressources ethnoculturelles**



INTRODUCTION

L'immigration a toujours été un facteur clé du développement du Québec; en plus de favoriser le renouvellement de la population active, elle contribue à la croissance économique de la province et enrichit son paysage social et culturel. Au cours des dernières décennies, de nombreuses vagues migratoires ont transformé le tissu social québécois; les nouveaux arrivants ne proviennent plus seulement d'Europe, mais aussi d'Amérique Centrale et du Sud, du Moyen-Orient, d'Afrique et d'Asie.

Si ces changements font du Québec un État moderne et dynamique, ils l'incitent également à relever d'importants défis, notamment celui de favoriser le rapprochement entre individus et groupes différents sur les plans culturel, linguistique ou religieux. Cette rencontre

permet un enrichissement mutuel, mais elle provoque parfois un sentiment d'incompréhension, voire de rejet ou d'exclusion suscité par la différence de l'autre.

De par le rôle qu'il occupe au sein de sa communauté, l'intervenant doit non seulement s'adapter à la transformation du tissu social, mais aussi comprendre les besoins des nouveaux arrivants afin de favoriser leur adaptation et leur intégration. Pour ce faire, il travaille avec les immigrants en misant sur leurs forces et leurs ressources. La réalité pluriethnique fait en sorte que les demandes d'aide se multiplient, se diversifient et requièrent des interventions pour lesquelles nos repères habituels nécessitent d'être constamment ajustés aux différences afin de favoriser le mieux-être de chacun.

Le rôle de l'intervenant en promotion-prévention en santé mentale

Selon l'Agence de la santé publique du Canada, la santé mentale c'est « la capacité qu'a chacun d'entre nous de ressentir, de penser et d'agir de manière à améliorer notre aptitude à jouir de la vie et à relever les défis auxquels nous sommes confrontés. Il s'agit d'un sentiment positif de bien-être émotionnel et spirituel qui respecte l'importance de la culture, de l'équité, de la justice sociale, des interactions et de la dignité personnelle »¹.

La promotion pour accroître le bien-être personnel et collectif et la prévention pour réduire l'incidence des problèmes de santé mentale s'inscrivent dans une approche globale de l'être humain, basée sur la confiance, le potentiel et les multiples ressources des individus. À ce titre, vous pouvez jouer un rôle important :

IDENTIFIEZ ET MISEZ SUR LES FACTEURS DE PROTECTION

Ils contribuent à diminuer l'importance des risques et favorisent l'émergence de modèles d'adaptation réussie et de compétence. Il semble donc que les facteurs de protection servent de catalyseurs en décuplant les forces de la personne pour qu'elle puisse composer avec les difficultés de son environnement et développer sa résistance. Les facteurs de protection et de fragilisation liés à l'immigration sont présentés à la page 22 du présent guide.

INFORMEZ ET ÉDUQUEZ

Au moyen d'activités éducatives ou de conférences, informez les personnes immigrantes sur les saines habitudes de vie; sensibilisez-les aux problèmes de santé mentale et aux préjugés qui y sont associés.

1 GOUVERNEMENT DU CANADA (MINISTÈRE DES TRAVAUX PUBLICS ET SERVICES GOUVERNEMENTAUX CANADA) (2006). *Aspect humain de la santé mentale et de la maladie mentale au Canada*, p. 2.



FAITES CONNAÎTRE LES RESSOURCES

Votre fonction d'accompagnateur consiste entre autres à permettre aux nouveaux arrivants de comprendre le système dans lequel vous intervenez et de les amener à concilier leurs valeurs et celles du pays d'accueil. Ne prenez jamais pour acquis que la personne connaît les particularités et spécificités de nos organisations. Vous êtes dans une situation privilégiée pour l'aider à connaître les différents services disponibles dans son milieu (soins de santé et services sociaux, éducation, services communautaires, municipaux et gouvernementaux, etc.).

DÉVELOPPEZ LA CONCERTATION

En dressant l'inventaire des ressources destinées aux communautés culturelles : organismes communautaires, institutions gouvernementales, ressources du quartier ou de l'école, groupes d'entraide (certaines sont présentées dans la section *Ressources* de ce guide). Vous pouvez identifier des collaborateurs potentiels ou développer, au besoin, des projets communs avec les intervenants de ces ressources.

AYEZ RECOURS AUX RÉSEAUX D'AIDE NATURELLE

Parents, amis, voisins, familles à l'étranger, personnes ressource d'un organisme du quartier, guide spirituel constituent un réseau d'entraide naturelle auquel vous pouvez faire appel au besoin.

CLARIFIEZ VOTRE RÔLE ET VOS RESPONSABILITÉS

La profession d'intervenant social n'existe pas dans tous les pays. Dans certaines situations, il pourrait donc être nécessaire de définir ce qu'est un intervenant, un psychologue, un travailleur social, etc. Expliquez clairement qui vous êtes et ce que vous pouvez faire pour venir en aide à la personne. Bien définir la notion de confidentialité permettra de favoriser le lien de confiance essentiel à toute intervention. En demandant à la personne ce qu'elle attend de vous, vous pourrez mieux préciser votre rôle, vos limites et celles de votre organisme.



L'importance de la formation en contexte interculturel²

Pour répondre de façon appropriée aux exigences de la pratique en milieu interculturel, il est dans votre intérêt de bénéficier de formations spécialisées. Loin de vous fournir des prêts-à-penser ou des recettes, celles-ci devraient susciter une réflexion qui évoluera selon les contextes et les personnes auprès desquelles vous mènerez vos actions.

Participer à diverses formations vous permettra de développer vos connaissances (savoirs), vos attitudes (savoir-être) et compétences interculturelles (savoir-faire), en plus de trouver des lieux d'échanges sur les difficultés éprouvées lors de vos interventions.

Les savoirs

Acquérir une connaissance générale sur le phénomène de l'immigration vous rendra plus sensible à la réalité que vivent les nouveaux arrivants. Vous pourrez notamment vous familiariser avec l'histoire de l'immigration au Québec et au Canada, les politiques et lois qui régissent celle-ci, les mécanismes d'inclusion et d'exclusion, les statuts et catégories d'immigration, les étapes reliées au processus d'adaptation et d'intégration, la situation spécifique des réfugiés, les problématiques sociales, etc. Bref, vous comprendrez mieux les enjeux sociétaux liés à la diversité.

2 LEGAULT, G. (2007). «Formation à une pratique interculturelle», *Équilibre*, vol. 2, n° 1, Association canadienne pour la santé mentale - Filiale de Montréal, p. 45-52.

Le savoir-être

Il est important de développer vos attitudes pour interagir avec des personnes issues de cultures variées. Le savoir-être vous aide à prendre conscience de vos valeurs et de votre propre culture afin de mettre en lumière le rôle et l'influence de celles-ci dans vos relations avec autrui. À partir de mises en situation susceptibles de créer des difficultés de communication et des conflits de valeurs (communément appelées «situations de chocs culturels»), les formations permettent de vous sensibiliser au fait que certaines personnes peuvent posséder des valeurs et des croyances différentes des vôtres dans diverses sphères (la famille et les rôles sociaux, l'éducation des enfants, les croyances religieuses, les conceptions de la santé et de la maladie mentale, etc.) et de vous exercer à intervenir dans le respect de ces différences.

Pour connaître
les ressources offrant
de la formation en interculturel
et en gestion de la diversité,
consultez la section

***Ressources – Formation,
recherche et publication***

à la page 87.

Le savoir-faire

Développer votre savoir-faire, c'est être en mesure d'adapter ses approches d'intervention en fonction du contexte. Vous devrez parfois réajuster vos méthodes et déroger à la non-directivité habituellement suggérée dans les processus d'aide. Par exemple, il peut être difficile pour un nouvel arrivant d'exprimer ses émotions dans une langue autre que sa langue maternelle ou encore de saisir la signification de certaines expressions. Les attentes de la personne pourraient également être éloignées de vos propres perceptions. Pour ces raisons, les approches systémique et structurelle semblent particulièrement compatibles avec l'approche interculturelle car elles tiennent compte des différents réseaux et des structures socio-économico-politiques qui affectent la personne.