

Questions de Santé Mentale



GUIDE DU FACILITATEUR

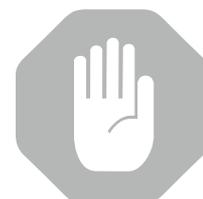
Au Service de la Santé de notre Communauté

Renforcer notre compréhension, pour fournir des soins
et un soutien aux personnes qui en ont besoin.

une initiative de la Coalition SCWA

Édition 2021-01b-FR — traduit par : Chantal Ahobaut
copyright © SCWA — tous droits réservés

info@stop-cwa.org



Questions de Santé Mentale — Au Service de la Santé de notre Communauté



Atelier destiné à améliorer notre compréhension des problèmes de santé mentale, pour pouvoir mieux fournir des soins et un soutien aux personnes qui en ont besoin.

Si tu éloignes du milieu de toi le joug, les gestes menaçants et les discours injurieux, si tu donnes ta propre subsistance à celui qui a faim, si tu rassasies l'âme indigente, ta lumière se lèvera sur l'obscurité, et tes ténèbres seront comme le midi. — Ésaïe 58 : 9–10.

Alors le roi dira à ceux qui seront à sa droite : « Venez, vous qui êtes bénis de mon Père, ... car j'étais malade, et vous m'avez visité. » Alors les justes lui répondront, « Seigneur, quand t'avons-nous vu... malade... et sommes-nous allés vers toi ? » Et le roi leur répondra, « Je vous le dis en vérité, toutes les fois que vous avez fait ces choses à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous les avez faites ! » — Matthieu 25 : 34–40.

INFORMATIONS ET GUIDE DU FACILITATEUR

Bienvenue

Nous croyons que Dieu aime les personnes qui vivent avec des problèmes de santé mentale et qu'il déplore que beaucoup trop de personnes souffrant de maladie mentale soient opprimées, stigmatisées, maltraitées, incomprises et marginalisées par les autres membres de leur communauté. Nous croyons qu'en tant que facilitateur, vous pouvez emmener avec vous d'autres personnes dans un voyage d'apprentissage sur la maladie mentale, sur la façon dont cela affecte les gens et sur la façon dont nous pouvons les aimer, les soutenir et les aider. En faisant cela, Dieu vous bénira et bénira les personnes qui suivent ce cours avec vous. Ce Guide du facilitateur donne des informations qui vous aideront à mieux comprendre l'objectif de cette formation, et également des détails pratiques sur la formation elle-même, pour que vous puissiez bien vous y préparer.

Cette ressource intitulée « *Questions de Santé Mentale* » correspond à un atelier de deux jours conçu pour aider les responsables des églises et leurs collaborateurs à ...

- améliorer leur compréhension des problèmes de santé mentale et des personnes qui en souffrent ;
- apprendre ce qu'ils peuvent faire pour aider et soutenir activement les enfants et les adultes qui ont des problèmes de santé mentale dans leurs églises et leurs communautés ; et

Questions de Santé Mentale

- explorer les actions qu'ils peuvent entreprendre pour changer les attitudes néfastes à leur égard.

Nous espérons (et nous souhaitons) que les participants à ce cours sur les *Questions de Santé Mentale* partageront leurs connaissances avec d'autres personnes dans leurs familles, leurs églises et leurs communautés. Nous pensons que, ce faisant, les attitudes à l'égard des personnes ayant des problèmes de santé mentale se transformeront progressivement et que les communautés deviendront des lieux où les gens seront plus gentils, plus compréhensifs, plus aimants et plus solidaires à l'égard des personnes touchées par ces problèmes.

Mode d'emploi

Ce matériel de formation *Questions de Santé Mentale (QSM)* peut être utilisé comme une ressource autonome, ou bien comme un module supplémentaire de la ressource de formation *Le Cœur du Sujet (CdS)*. CdS est un atelier en sept modules qui vise à contribuer à un changement significatif de la pensée et des actions dans les églises et les communautés locales par rapport au phénomène des accusations de sorcellerie, en particulier contre les enfants.

- Le cours CdS peut être consulté à l'adresse suivante :
– <https://stop-cwa.org/resources/45>

Cette ressource est également conçue pour être utilisée en conjonction avec *Maladie, Santé et Guérison (MSG)*. Le matériel de formation MSG vise à permettre aux responsables d'églises (et les membres de leurs églises et communautés) d'aider les individus, les familles et les groupes communautaires à développer une compréhension biblique de la maladie, la santé et la guérison, et à traiter la question des accusations de sorcellerie contre les enfants résultant de la maladie et de la mort.

Si vous pouvez organiser les deux ateliers, nous vous suggérons d'envisager d'organiser d'abord l'atelier MSG, puis l'atelier QSM.

Aperçu

Contexte

En tant qu'êtres humains, nous sommes créés par Dieu de manière merveilleuse et complexe (voir le Psaume 139 : 13-16), avec un esprit, un corps et une âme intimement liés. De même que notre corps peut de temps en temps être affecté par la maladie et les déficiences parce que nous vivons dans un monde où la maladie existe et où des traumatismes peuvent se produire, de même nous pouvons connaître des problèmes de

santé mentale, suite à un traumatisme, ou à des problèmes biologiques, psychologiques ou sociologiques ou suite à des addictions.

Une bonne santé mentale signifie que nous pouvons penser, ressentir et réagir aux situations de telle sorte que nous pouvons bien fonctionner dans tous les aspects de notre vie. Mais si nous traversons une période de mauvaise santé mentale, cela peut affecter notre bien-être mental et physique au point de nous sentir dépassés, impuissants et incapables de faire face à la vie et à ses exigences. Cela peut affecter nos relations et nos activités quotidiennes. Cette situation peut être ressentie comme aussi grave qu'une maladie physique, voire pire.

Quelle que soit notre origine, les problèmes de santé mentale font partie intégrante de notre expérience en tant qu'êtres humains. On estime qu'environ 792 millions de personnes dans le monde sont touchés par des problèmes de santé mentale.¹ Tout comme les personnes souffrant de problèmes de santé physique, les personnes souffrant de problèmes de santé mentale ont besoin de notre attention et de notre soutien. Malheureusement, les personnes souffrant de problèmes de santé mentale sont souvent mal comprises et stigmatisées. Par peur et par ignorance, les autres membres de leur communauté les évitent et même les maltraitent parfois. Ils peuvent être pointés du doigt et des rumeurs peuvent être répandues à leur sujet. Trop souvent, les personnes souffrant de problèmes de santé mentale sont diabolisées ou accusées d'être affectées par la sorcellerie. Ou bien elles peuvent elles-mêmes être accusées de sorcellerie. De telles accusations accroissent la détresse et la souffrance des personnes souffrant de problèmes de santé mentale.

Il est tragique que certains responsables d'église et leurs fidèles puissent être aussi craintifs et ignorants des questions de santé mentale que les personnes extérieures à l'église. Ils peuvent eux aussi être impliqués dans la propagation de fausses croyances, d'accusations préjudiciables et de mauvais traitements à l'égard des personnes atteintes de maladie mentale, au lieu de leur montrer l'amour et la compassion du Christ et de leur apporter un soutien pratique et pastoral. Comme il est dit dans Esaïe 58 : 10, nous devons «...rassasier l'âme indigente ». Pourtant, trop souvent, nos églises peuvent être impliquées dans la cause des problèmes et de l'oppression des personnes souffrant de problèmes de santé mentale, ou être complices par le silence et le manque d'aide et de soutien actifs envers ceux qui souffrent de cette manière.

La santé mentale, c'est important ! Apprendre à parler de la maladie mentale est d'une importance vitale, c'est pourquoi nous organisons cet atelier.

Finalité

Les objectifs globaux de cet atelier sont les suivants :

¹ Hannah Ritchie and Max Roser (2018): "Mental Health". Publié en ligne sur « OurWorldInData.org ». Extrait de : « <https://ourworldindata.org/mental-health> »

Questions de Santé Mentale

- Fournir une réponse significative aux accusations de sorcellerie ou de possession démoniaque portées contre des enfants et des adultes qui connaissent des problèmes de santé mentale ;
- Aborder et changer les attitudes et les pratiques néfastes à l'égard des personnes souffrant de problèmes de santé mentale, et également encourager les églises et les responsables d'églises à fournir des soins et un soutien pratiques et leur en donner les moyens.
- Encourager les églises et leurs responsables à défendre les intérêts des personnes souffrant de problèmes de santé mentale, afin de réduire la stigmatisation et d'accroître la sensibilisation et la compréhension.

Objectifs

À la fin de cette formation, les participants reconnaîtront que les problèmes de santé mentale peuvent toucher n'importe qui à n'importe quel moment de la vie et que les personnes qui en souffrent ont besoin de notre attention et de notre soutien. Ils apprendront :

- que les personnes souffrant de problèmes de santé mentale ne sont pas des sorciers ;
- que les troubles de la santé mentale ont rarement une racine démoniaque ;
- que la recherche de soi-disant « remèdes » nuisibles est à éviter ;
- à connaître les différents problèmes de santé mentale et la meilleure façon d'aider une personne qui en souffre et sa famille, comme le Christ l'aurait fait et avec amour ;
- comment lutter contre la stigmatisation des problèmes de santé mentale.

Suivi

À la fin de l'atelier, les participants devront remplir le formulaire « Prochaines étapes » (Annexe du 2ème jour), dans lequel ils créeront des plans simples pour les actions qu'ils comptent entreprendre à la suite de la formation. En tant que facilitateur, vous devrez assurer un suivi intentionnel de chacun d'entre eux après trois mois – que ce soit individuellement ou par groupe d'église – pour voir comment ils parviennent à mettre en pratique leur apprentissage.

Il est fortement recommandé, de réunir, après neuf mois, l'ensemble du groupe de participants formés pour qu'ils échangent sur leurs progrès, s'encouragent mutuellement, renforcent l'apprentissage et les messages clés, et planifient la suite de l'action en collaboration.

Remarque : Ces étapes de suivi intentionnel seront aussi importantes que la formation elle-même.

Considérations conceptuelles

S'adapter au contexte local

Cette ressource de formation est basée sur la Bible et contextualisée pour être utilisée dans différentes nations du continent africain. Elle a été créée pour être utilisée tout particulièrement par des responsables d'église et leurs collaborateurs qui partagent une vision chrétienne du monde et qui parlent le langage de la foi dans cette perspective. Nous sommes conscients que les populations du continent ont des visions du monde et des cultures différentes, et que même les personnes issues de différentes tribus et régions d'une même nation peuvent voir les situations à travers des optiques culturelles différentes en fonction de leurs origines. Mais nous pensons que cet outil de formation et cette approche seront pertinents pour un large éventail de participants et de situations, et qu'ils peuvent être adaptés pour être utilisés dans différents pays.

En tant que facilitateur, vous pouvez modifier les noms utilisés dans les histoires pour qu'ils soient plus adaptés à la région dans laquelle vous travaillez. Ou bien vous pouvez faire ressortir certains points qui sont plus pertinents pour votre situation culturelle. Laissez-vous guider par votre propre expérience, par l'apprentissage partagé des participants et par l'Esprit Saint.

Termes descriptifs

Dans cet outil de formation, nous utilisons les termes suivants de manière interchangeable :

- Personnes vivant avec des problèmes de santé mentale ;
- Personnes vivant avec des troubles de la santé mentale ; et
- Personnes vivant avec des troubles mentaux ou une maladie mentale.

Tous ces termes se rapportent à des personnes qui souffrent d'une mauvaise santé mentale, qu'elle soit aiguë ou chronique, au point que cette maladie a un impact significatif sur leur bien-être et leur capacité à faire face à la vie quotidienne. Il est important de comprendre qu'il ne s'agit pas de périodes normales de stress, de déprime ou de mauvais jour, que nous connaissons tous de temps en temps, notamment en réaction à des circonstances spécifiques et difficiles. Nous faisons référence à la réalité invalidante des problèmes de santé mentale qui ont un impact négatif sur la capacité de la personne à fonctionner au quotidien.

Lorsque nous parlons des personnes qui ont des problèmes de santé mentale, il est essentiel que nous les considérons avant tout comme des personnes aimées de Dieu, créées à son image et dignes d'attention, de soutien et de respect. Les termes péjoratifs utilisés pour désigner les personnes atteintes de maladies mentales varient d'un pays à l'autre et sont souvent le résultat de stéréotypes véhiculés par les médias ou de la façon dont les personnes atteintes de maladies mentales sont représentées dans les films ou perçues dans les cultures locales. Des termes tels que « fou » pour désigner les personnes

souffrant de graves troubles mentaux sont blessants et préjudiciables, et nous devons donc sensibiliser et éduquer les autres pour éviter d'utiliser ces termes.

Accroître la sensibilisation

Un aspect important de cet atelier MHM est d'apprendre à reconnaître les différents problèmes de santé mentale. Dans l'Activité 3 du 2ème jour, nous découvrons et discutons de certains problèmes de santé mentale. Plus précisément, nous examinons les points suivants :

- La dépression post-natale
- Le trouble de stress post-traumatique
- La démence
- La schizophrénie

Nous espérons, en temps voulu, être en mesure de produire des documents supplémentaires décrivant d'autres conditions de santé mentale pour l'apprentissage continu. Ces documents seront disponibles via le centre de ressources en ligne de notre site web.

Remarque : Il serait très utile que vous nous fassiez savoir s'il existe des problèmes de santé mentale qui sont particulièrement répandus dans votre zone ou votre région et que vous souhaiteriez voir inclure dans les futures ressources supplémentaires.

Lors de la facilitation de l'activité 3 du 2ème jour de l'atelier, n'oubliez pas que c'est peut-être la première fois que les participants ont l'occasion de s'informer et de discuter ouvertement des questions de santé mentale. Il est donc possible qu'ils affirment n'avoir jamais entendu parler de ces différents problèmes de santé mentale, et que ces problèmes n'existent pas dans leur région. Le fait que les participants puissent dire qu'ils n'ont jamais entendu parler d'un problème de santé mentale particulier ou qu'ils n'ont jamais vu quelqu'un en souffrir ne signifie pas que ce problème n'existe pas. Il se peut que ces problèmes ne soient tout simplement pas reconnus, par manque de formation ou de compréhension de ces troubles, et des questions de santé mentale en général, et aussi à cause des tabous qui entourent ces questions. C'est pourquoi il sera important de décrire le contexte et les signes et symptômes de chaque maladie, et de demander aux participants s'ils ont déjà rencontré des personnes présentant ces signes et symptômes. Si c'est le cas, comment la communauté traitait-elle les personnes présentant ces signes et symptômes ? Quel nom la communauté donnait-elle à l'affection dont souffrait la personne ? Selon la communauté, quelle était la cause du problème ?

Considérations pratiques

Préparation

Nous partons du principe que les personnes qui animeront cette formation seront des facilitateurs expérimentés. Nous n'entrerons donc pas ici dans les détails de l'organisation et de la facilitation de l'atelier. Toutefois, nous faisons les suggestions suivantes :

- Apprenez à bien connaître le contenu de cette ressource de formation de deux jours et assurez-vous de prévoir suffisamment de temps pour vous préparer consciencieusement à chaque journée de formation.
- Nous recommandons un nombre maximum de 30 personnes pour une participation optimale aux activités et aux discussions.
- Les personnes invitées à participer à l'atelier doivent être des responsables et des collaborateurs de l'église ou de la communauté locale disposant de l'autorité, l'influence et la capacité de partager le contenu de la formation avec d'autres personnes, et aussi de mettre en pratique ce qu'ils apprennent dans leurs églises et les structures communautaires locales. Veillez à inviter les personnes qui sont prêtes à le faire.
- **Remarque** : Du fait de la sensibilité du sujet, il faudrait une personne disponible pour aider à assurer l'orientation pastorale, pour le cas où l'un des participants aurait besoin de quelqu'un à qui parler et avec qui prier parce qu'il connaît ou a connu personnellement des problèmes de santé mentale.

Certificats

- À la fin de la dernière journée, remettez à chaque participant un certificat pour lui rappeler sa participation à l'atelier « *Maladie, santé et guérison* ».

Durée et sujets

Le contenu de cette formation de deux jours est très riche. Vous verrez que face à chaque activité, nous avons proposé une durée. Cependant, certains types de sujets peuvent susciter plus de discussions et de questions que d'autres. Par conséquent, vous devrez peut-être adapter les horaires à votre propre situation et au rythme des participants.

En tant que facilitateur, vous devrez gérer habilement les temps de discussion pour vous assurer que le message ne se perde pas au milieu de points de vue conflictuels ou de diversions. Il est important de ne pas permettre qu'une activité soit perturbée et que les participants soient distraits par un débat sans fin entre des points de vue opposés. Cela nécessitera une certaine habileté et une médiation attentive. Il est parfois préférable de reconnaître que certaines personnes peuvent avoir des croyances différentes, mais même dans ce cas, nos actions envers les enfants et les adultes vivant avec des problèmes de santé mentale doivent toujours être bienveillantes et compatissantes, et non violentes et abusives.

Questions de Santé Mentale

Si un sujet suscite plus de discussions et de questions que le temps dont vous disposez, vous pouvez envisager de créer des groupes de discussion sous une forme adaptée au contexte et aux circonstances locales, afin de permettre aux gens de continuer à parler et à discuter de ces questions après la formation principale. Ces groupes de discussion doivent être bien organisés, afin que les croyances et la compréhension soient examinées et mesurées par rapport aux principes bibliques, aux écritures et à l'exemple de Jésus-Christ :

- *Celui qui dit qu'il demeure en Jésus doit marcher comme il a marché lui-même.*
— 1 Jean 2 : 6.

Prêts !

Dans le cadre de la conduite de cet atelier, que Dieu vous accompagne et vous donne bénédiction, sagesse et faveur !

Sources

Les sources utiles suivantes ont été consultées pour la production de cette ressource :

- Joe Hayes, *Depressed or Possessed?*, publié à compte d'auteur, Cumbria, Angleterre 2006.
 - Chris Cook, "Demon Possession and Mental Illness", Nucleus issue : automne 1997, Christian Medical Fellowship, 1997, disponible à l'adresse suivante :
— <https://www.cmf.org.uk/resources/publications/content/?context=article&id=619>
 - *The Mental Health Access Pack*, publié par Livability, accessible en ligne à l'adresse suivante :
— <https://www.mentalhealthaccesspack.org>
-

Coordonnées

Stop Child Witch Accusations Coalition :

« info@stop-cwa.org »