

# La stigmatisation : Pourquoi les mots comptent

## La stigmatisation, c'est quoi?

La stigmatisation renvoie **aux attitudes et aux croyances négatives** ciblant un groupe de personnes à cause de leur situation. Elle englobe **la discrimination, les préjugés, les jugements, l'étiquetage péjoratif, l'exclusion et les stéréotypes**.

## Comment les personnes qui consomment des opioïdes sont-elles stigmatisées?

La **stigmatisation** peut avoir un **effet considérable** sur la **qualité de vie des personnes** qui consomment des opioïdes ou qui se rétablissent d'un trouble lié à l'utilisation de substances et sur celle de leurs familles et amis.

La stigmatisation **crée des obstacles** à l'accès aux services sociaux et de santé qui aident les personnes qui prennent des drogues. Elle peut amener **ces dernières à avoir honte** de leur consommation de drogues, ce qui peut les **empêcher de recevoir de l'aide** si jamais elles en ont besoin ou en veulent. Malheureusement, il en résulte souvent que les gens consomment des drogues seuls, font des surdoses et meurent seuls.

## Il y a trois types de stigmatisation :

- 1. Stigmatisation sociale** – lorsque vous adoptez une **attitude ou un comportement négatif** envers les **consommateurs de drogue** ou leurs proches
- 2. Stigmatisation structurale** – lorsque les **professionnels de la santé ou les premiers intervenants ignorent** les personnes qui ont des problèmes de consommation de substances ou ne les prennent pas au sérieux
- 3. Autostigmatisation** – lorsque les gens **appliquent à eux-mêmes les attitudes et les opinions négatives** des autres à leur égard



## Pourquoi les mots comptent-ils?

**Choisir avec soin les mots** que nous employons est un premier pas important vers la rupture du cycle de la stigmatisation entourant les personnes qui consomment des drogues. **Ce que nous disons, et comment nous le disons, peut avoir de profondes répercussions** sur les gens qui souffrent autour de nous. En utilisant des **mots empreints de compassion** et non des mots négatifs, vous pouvez **permettre à quelqu'un de s'ouvrir plus facilement, de se sentir écouté et compris ou de recevoir de l'aide**.

## Un tout petit changement peut contribuer à briser le cycle de la stigmatisation

- ✓ **Écoutez sans jugement et en faisant preuve de compassion** pour que la personne qui consomme des drogues se sente écoutée et comprise
- ✓ **Intervenez** quand une personne est traitée de façon irrespectueuse parce qu'elle consomme des substances
- ✓ **Les mots comptent. Utilisez des mots respectueux et un langage axé sur la personne d'abord :**
  - Au lieu de « toxicomane », utilisez « personne qui consomme des drogues »
  - Au lieu d'« accro », utilisez « personne qui a consommé des drogues »
  - Au lieu d'« abus de drogues », utilisez « utilisation problématique de substances »

**SOYEZ  
AU FAIT**

DROGUES : OBTENEZ LES FAITS.  
CONNAISSEZ LES RISQUES.

ISBN 978-0-660-28937-3

Obtenez les faits à [Canada.ca/Opioides](https://Canada.ca/Opioides)



Gouvernement  
du Canada

Government  
of Canada

Canada