

# MANIFESTE SUISSE

## relatif à la Public Mental Health



«Lumière au bout du tunnel», Katrin Meinhardt, gagnante du concours de photographie; la photo est part de l'exposition itinérante de la fondation Deutsche Depressionshilfe, Leipzig

La prise en compte intégrale des dimensions psychiques de la santé sur le plan individuel et social ainsi que de leurs interactions est encore largement insuffisante dans la recherche, la pratique, la formation et la politique en Suisse.

Le présent manifeste relatif à la Public Mental Health, élaboré en vue de la Conférence suisse de santé publique 2014 et la 3<sup>ème</sup> Rencontre du Réseau Santé Psychique Suisse, a pour objectif d'encourager une

vision intégrale et d'améliorer les connaissances sur les tenants et aboutissants. Il s'adresse aux professionnels travaillant dans les domaines de la promotion de la santé, de la prévention, du traitement et de l'intégration, respectivement de la réintégration ainsi qu'aux décideurs publics et privés. Le manifeste constitue la base pour une intervention professionnelle et l'établissement de priorités.

## PRÉMISSSES / ATTITUDE

### 1. La santé est un processus

Conformément à la définition de l'OMS, nous considérons la santé psychique comme un processus complexe: la capacité de s'épanouir sur le plan émotionnel, intellectuel et professionnel de surmonter les difficultés de la vie et de contribuer à la vie de la société. Les conditions préalables sont tant de nature individuelle que sociale, culturelle, économique et politique. Les professionnels assument une coresponsabilité pour que le caractère processuel de la santé psychique soit largement reconnu.

### 2. Il n'y a pas de santé sans santé psychique

La constitution psychique est une caractéristique essentielle de l'homme. La santé psychique, physique et sociale sont en principe équivalentes et interdépendantes à plusieurs égards. Il ne faut pas les opposer, mais les considérer comme un ensemble. La collaboration entre les professionnels doit tenir compte de cet aspect, également par rapport aux questions de compétences et de ressources. Les connaissances relatives à la santé psychique doivent être systématiquement intégrées dans tous les domaines.

### 3. La santé psychique est complexe

La santé psychique dépend de la prédisposition, des expériences biographiques, de comportements, de caractéristiques sociales et culturelles de groupes et communautés ainsi que des conditions environnementales et sociales. La mise en danger de la santé psychique, et sa détérioration sont aussi le produit de ces interactions complexes. Une société qui tient compte de cette complexité crée des conditions de vie saines et aborde avec respect et sans préjugés les personnes souffrant de troubles psychiques. L'information, l'échange et la réflexion dans la population – en particulier parmi les professionnels – permettent d'éviter leur culpabilisation et leur stigmatisation.

### 4. La santé psychique est un défi permanent

La santé psychique est un défi à tout âge et dans toutes les situations de vie. Chaque phase de vie comporte des événements et tâches spécifiques. De tels défis se répercutent sur la santé psychique. Ils peuvent activer des ressources ou déclencher des troubles. Un soutien adéquat influence positivement ce processus.

## NIVEAUX D'INTERVENTION

### 5. Sensibilisation et information

Les attitudes négatives et les préjugés dans la population vis-à-vis des personnes souffrant de maladies psychiques et des institutions psychiatriques entravent le travail des professionnels et l'accès à une aide professionnelle pour les personnes concernées. Un travail professionnel exige dès lors que la population soit sensibilisée et informée sur la santé psychique.

### 6. Promotion de la santé

En ce qui concerne la santé psychique, la promotion de la santé poursuit d'une part l'objectif de renforcer pour chacun les ressources per-

sonnelles telles que l'estime de soi et la confiance en soi, l'autonomie, l'optimisme, la conscience de ses sentiments et les compétences sociales. L'objectif est de les encourager ou de les valoriser chez les personnes en bonne santé et chez les personnes malades. La promotion de la santé veut d'autre part créer des conditions de vie grâce auxquelles les ressources psychiques citées peuvent être établies ou renforcées le mieux possible. Il s'agit d'une tâche conjointe qui incombe aux acteurs de l'économie, de la formation, du domaine social, de la santé, de l'urbanisme et d'autres secteurs.

### 7. Prévention

Concernant la santé psychique, la prévention veut éviter ou réduire les facteurs négatifs (stress, dévalorisation, exclusion sociale, etc.) et les troubles (dépression, addiction, troubles anxieux et autres troubles psychiques). La prévention mise sur la résistance individuelle, identifie et réduit les influences et conditions de vie nuisibles. Des programmes ancrés scientifiquement soutiennent une prévention efficace des troubles psychiques. Un poids particulier doit être accordé à la prévention sélective chez les groupes à risque et à la prévention indiquée au sens d'une détection et intervention précoce. Plus tôt les personnes concernées et leur entourage repèrent les difficultés psychiques et bénéficient d'un soutien, moins les conséquences seront importantes.

### 8. Traitement et soutien psychosocial

Les professionnels et les profanes rencontrent fréquemment des difficultés quand il s'agit de repérer ou diagnostiquer les maladies psychiques. Leur traitement est souvent entrepris trop tard, ce qui peut avoir de graves conséquences (p. ex. suicide, invalidité, internement forcé). Une offre orientée selon les besoins est nécessaire pour permettre aux personnes concernées et à leur entourage d'obtenir le plus tôt possible tout le soutien dont ils ont besoin. Il faut dès lors des offres faciles d'accès (interprofessionnelles et peer-to-peer), davantage de communication et de coopération, une meilleure gestion des interfaces et transferts entre le domaine hospitalier et ambulatoire ainsi que des chemins cliniques intégrés. Un financement égal des offres ambulatoires et hospitalières ainsi que médicales et non médicales doit être assuré. Pour y parvenir, un changement de paradigme est nécessaire. Les professionnels traitent les personnes concernées prioritairement dans leur milieu de vie, s'orientent selon les besoins des personnes concernées et y associent leur entourage.

### 9. (Ré-)intégration

L'engagement interdisciplinaire exige que l'on veille à ce que les personnes atteintes de troubles psychiques restent socialement et économiquement intégrées dans toutes les phases de leur maladie. Pour ce faire, il faut d'une part mettre à disposition des offres de coaching et de conseil facilement accessibles, notamment dans les domaines de la famille, de l'école et du travail. Il faut d'autre part des offres adéquates de formation, de travail et de logement. L'objectif doit être de considérer l'intégration comme une tâche permanente pour ne pas devoir pratiquer de la réintégration – et ainsi éviter des coûts consécutifs. Cela présuppose une détection et une action précoces.

## 10. Aide à l'entraide

Grâce à l'important engagement dans le travail bénévole, il existe une large offre d'entraide. Il faut cependant renforcer l'assise régionale et l'élargissement thématique et assurer la continuité et l'ancrage structurel. Pour améliorer durablement le dialogue et le pratiquer d'égal à égal, il y a lieu de promouvoir l'acceptation mutuelle et la collaboration entre les personnes concernées, les proches et les professionnels.

## GROUPES-CIBLE

### 11. Orientation selon les groupes-cible

Le travail des professionnels doit s'appuyer sur des mesures orientées selon les groupes-cible pour maintenir, promouvoir et rétablir la santé psychique. Les besoins des personnes et groupes de population particulièrement vulnérables doivent être spécifiquement pris en compte. Ce faisant, il est tenu compte du fait que les vulnérabilités se manifestent de différentes manières et qu'elles passent souvent inaperçues. Outre les personnes directement concernées, il s'agit d'également tenir compte des personnes indirectement touchées – dans l'entourage privé ou professionnel – et de leurs préoccupations en tant que groupes-cible. Le travail des professionnels doit alors aussi tenir compte du risque de stigmatisation lié à la focalisation sur des groupes-cible.

## UNIVERS DE VIE SPÉCIFIQUES

### 12. Relations et environnement social

L'univers de vie familial et l'environnement social constituent des ressources très diverses dans le domaine de la santé psychique, mais sont également la cause de nombreux troubles. L'intégration sociale et les relations de confiance, le sentiment de sécurité et l'enracinement sont les fondements de la santé psychique. Inversement, l'isolement social et/ou émotionnel, des relations difficiles, des situations de logement ou conditions de vie précaires peuvent entraver le développement des enfants et des adultes. Les conditions-cadre et les ressources nécessaires doivent être mises à disposition pour que chacun puisse grandir, vivre et entretenir des relations dans un environnement positif. L'Etat et la société assument une responsabilité subsidiaire dans ce domaine.

### 13. Ecole et formation

La formation contribue à la santé. En même temps, la santé est une condition nécessaire à l'apprentissage et à l'enseignement. Les structures scolaires permettent d'avoir accès à une grande partie de la population dans une phase de vie précoce. L'école permet ainsi de poser les bases pour une égalité des chances en matière de santé. Par rapport aux autres sujets de santé, la santé psychique n'a qu'une importance secondaire à l'école. Il faut donc renforcer la gestion de la santé à l'école et mieux ancrer structurellement l'apprentissage de compétences individuelles conforme à l'âge. Une attention particulière doit être accordée aux jeunes à risque et à leur entrée dans le monde du travail. Cela requiert la collaboration de tous les acteurs impliqués.

## 14. Monde du travail

Le travail rémunéré est – comme les formes d'activité non rémunérées – pour beaucoup de personnes source d'une grande satisfaction et de santé psychique. Mais le travail peut aussi être à l'origine de problèmes psychiques. Le droit du travail définit le devoir d'aide et d'assistance des employeurs. Toutefois, ils l'assument principalement par rapport aux risques physiques. En raison de l'évolution des conditions de travail (accélération du rythme de travail et disponibilité accrue à travers les nouveaux médias), les sollicitations psychiques dans le monde du travail représentent un problème croissant. La gestion de la santé en entreprise doit tenir compte de ces développements et la loi sur le travail doit être appliquée de manière conséquente dans le domaine de la santé psychique. En outre, le fait de repérer à temps les problèmes psychiques au travail et de faire appel suffisamment tôt à des professionnels peut éviter une évolution négative de la situation et contribuer à maintenir la personne au travail. Comme le chômage représente un stress psychique, il faut encourager la réintégration professionnelle par la collaboration interdisciplinaire en cas de perte d'emploi.

## PERSPECTIVES

### Appel à l'action

Les professionnels de tous les niveaux d'intervention sont appelés à diffuser les contenus de ce manifeste et à les ancrer de manière appropriée: dans les lignes directrices et concepts, dans les programmes de formation, de recherche et d'application ainsi que dans le travail quotidien.

Ils sont appelés à communiquer les contenus du manifeste au sein des institutions et à les représenter vis-à-vis des autorités. Ils contribuent ainsi à diffuser largement le principe «Mental Health in all Policies». La recherche relative à la santé psychique revêt une grande importance sur le plan national et international. Elle analyse et évalue de nouvelles approches et stratégies dans la prise en charge, la prévention et la promotion de la santé et soutient le développement d'interventions basées sur l'évidence scientifique et efficaces en matière de coûts.

Les décideurs dans les institutions privées et publiques sont appelés à créer des conditions tenant compte d'une part des connaissances sur la santé psychique et d'autre part de l'amélioration de la santé psychique.

La Confédération et les cantons sont appelés à intégrer les contenus de ce manifeste dans leurs stratégies relatives à la santé psychique ainsi que de veiller à ce qu'à l'avenir, la dimension psychique soit ancrée dans toutes les stratégies et programmes pertinents pour la santé, notamment aussi dans la stratégie relative aux maladies non transmissibles (stratégie MNT).

## Ce manifeste est publié lors de la Swiss Public Health Conference 2014 / 3<sup>e</sup> Rencontre du Réseau Santé Psychique Suisse les 21 et 22 août 2014 à Olten

### Auteurs

**Margot Mütsch**, Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention, Universität Zürich  
**Holger Schmid**, Haute Ecole Spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse, Haute école de travail social, Institut travail social et santé  
**Felix Wettstein**, Haute Ecole Spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse, Haute école de travail social, Institut travail social et santé  
**Barbara Weil**, FMH Fédération des médecins suisses / groupe spécialisé santé mentale de Santé publique Suisse

### Groupe de travail

**Monika Alessi-Näf**, Fondation suisse pour la promotion de la santé mentale d'enfants et d'adolescents  
**Sylvia Baumann**, Association Suisse de Conseil SGfB  
**Franco Baumgartner**, Association suisse La Main Tendue – Tél 143  
**Michèle Bowley**, Gesundheitsamt des Kantons Zug  
**Irène Candido**, Association Suisse des Infirmières Puéricultrices ASISP  
**Dolores Angela Castelli Dransart**, Haute Ecole fribourgeoise de travail social (HEF-TS), membre de la Haute Ecole Spécialisée de Suisse occidentale (HES-SO)  
**Patrick Hämmerle**, Prévention Suicide Fribourg  
**Lukas Hohl**, Conférence cantonale bernoise des handicapés  
**Elisabeth Holdener**, RADIX Fondation suisse pour la santé  
**Philippe Lehmann**, Haute Ecole de Santé Vaud HESAV  
**Brigitte Müller**, Haute Ecole Spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse, Haute école de travail social, Institut Kinder- und Jugendhilfe  
**Vilma Müller**, Kanton Aargau, Kantonsärztlicher Dienst, Präventivmedizin & Gesundheitsförderung  
**Gabriela Stoppe**, Universität Basel  
**Margot Vanis**, Zürich  
**Agnes von Wyl**, ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Departement Angewandte Psychologie  
**Urs Hinnen**, AEH / Société Suisse de Médecine du Travail  
**Rosmarie Zimmerli**, Association Suisse de Conseil SGfB  
**Marina Zinsli**, ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Departement Angewandte Psychologie

### Impressum

**Coordination:** Santé publique Suisse et Réseau Santé Psychique Suisse  
**Accompagnement du processus:** Markus Theunert, Social Affairs GmbH  
**Mise en page:** Partner & Partner, Winterthur  
**Imprimé par:** Edubook, Merenschwand  
**Edition:** 2<sup>ème</sup> édition, septembre 2014

Ce produit a été imprimé climatiquement neutre en Suisse. L'imprimerie Edubook AG a fait l'objet d'un examen dont le but principal est de réduire, voire éviter les émissions de CO<sub>2</sub>.

### Le manifeste est soutenu par

- Académie suisse des sciences humaines et sociales
- Académie Suisse pour la Médecine Psychosomatique et Psychosociale ASMPP
- AFG Société Scientifiques Soins en Psychiatrie
- Alliance Santé Psychique Suisse
- Amt für Gesundheit Uri
- Amt für Gesundheitsvorsorge, Gesundheitsdepartement, Kanton St. Gallen
- APSI Association pour les Sciences Infirmières
- ASDD, Association Suisse des Diététicien-ne-s diplômé-e-s ES/HES
- Association Suisse des Infirmières Puéricultrices ASISP
- Association suisse La Main Tendue – Tél 143
- Association Prévention Suicide Fribourg
- Association Pro Mente Sana
- Association Suisse de Conseil SGfB
- Association suisse des infirmiers et infirmières
- Association Trajectoires
- Conférence cantonale bernoise des handicapés
- Conférence des offices AI
- CRS, Croix-Rouge suisse
- Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit (DSBG) der Universität Basel
- Ex-In Bern
- Fachstelle für Prävention und Gesundheitsförderung, Gesundheitsförderung Uri
- Familien- und Frauengesundheit, FFG-Videoproduktion
- Femmes-Tische Suisse
- FMH Fédération des médecins suisses
- FMPP, Fédération des médecins psychiatres-psychothérapeutes
- Fondation CareLink
- Fondation Suisse de Cardiologie
- Fondation suisse pour la Promotion de l'Allaitement maternelle
- FSP, Fédération Suisse des Psychologues
- GELIKO - Conférence nationale suisse des ligues de la santé
- gesundheit schwyz
- Gesundheitsamt des Kantons Zug
- Gesundheitsamt Graubünden
- Gesundheitsamt Obwalden
- Gesundheitsförderung Baselland
- Haute école spécialisée bernoise Santé
- Haute Ecole Spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse, Haute école de travail social, Institut travail social et santé
- HEF-TS, Haute Ecole fribourgeoise de travail social, membre de la Haute Ecole Spécialisée de Suisse occidentale (HES-SO)
- IKS, Fondation suisse pour la promotion de la santé mentale d'enfants et d'adolescents
- Institut de Santé Globale de l'Université de Genève
- Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention, Universität Zürich
- Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Bern
- Institut universitaire de médecine sociale et préventive, Lausanne
- Kanton Aargau, Kantonsärztlicher Dienst, Präventivmedizin & Gesundheitsförderung
- Kanton Basel-Stadt, Abteilung Prävention des Gesundheitsdepartements
- Kanton Glarus, Hauptabteilung Gesundheit des Departements Finanzen und Gesundheit
- Kanton Thurgau, Amt für Gesundheit, Gesundheitsförderung, Prävention und Sucht
- Ligue suisse contre le cancer
- L'Institut universitaire romand de Santé au Travail
- maladichronique.ch
- mws, medical women switzerland
- Perspektive Thurgau, Fachstelle für Gesundheitsförderung, Prävention und Beratung
- Procap Suisse
- Pro Infirmis
- Promotion Santé Suisse
- Psychologisches Institut der Universität Zürich, Lehrstuhl für Klinische Psychologie (Kinder/Jugendliche & Paare/Familien)
- RADIX Fondation suisse pour la santé
- Réseau Fribourgeois de Santé Mentale
- Réseau Suisse d'Experts sur le Burnout
- SBAP, Association Professionnelle Suisse de Psychologie Appliquée
- Seminar Health Sciences & Health Policy, Universität Luzern
- Service de la santé publique de la République et Canton du Jura
- Service de la santé publique du canton de Fribourg
- Service du médecin cantonal de l'Etat de Genève
- SGPG
- SMHC, Swiss Mental Healthcare
- Société scientifique des soins en psychiatrie
- SSMT – Société Suisse de Médecine du Travail
- SSPH+, Swiss School of Public Health
- SSPsYS Société Suisse de Psychologie de la Santé
- SSTCC, Société Suisse de Thérapie Comportementale et Cognitive
- STOP SUICIDE
- Swiss TPH, Bâle
- Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel
- VASK Suisse – Organisation faïtière des proches de malades psychiques
- Verein Ambulante Psychiatrische Pflege
- VereinEQUILIBRIUM
- Verein Stressmanagement
- Werner Alfred Selo Stiftung
- ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Departement Angewandte Psychologie
- ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Departement Gesundheit