



Santé mentale et réfugiés : exposé de position

Les nouveaux arrivants au Canada démontrent une grande capacité d'adaptation. Même si quelques-uns, notamment ceux qui sont venus au Canada en tant que réfugiés, ont vécu des expériences traumatisantes avant leur arrivée, ils font preuve de résilience face à ces expériences ainsi que face au stress lié à l'établissement dans un nouveau pays. Le soutien de la famille et de la communauté, les pratiques culturelles et spirituelles, l'art, les loisirs et d'autres interventions non médicales jouent un rôle important pour préserver une bonne santé mentale.

Malgré tout, le Canada doit faire mieux pour gérer les problèmes de santé mentale des réfugiés. Nous devons créer des conditions favorisant leur bonne santé mentale et leur offrir un soutien pour surmonter les problèmes de santé mentale.

Cet exposé donne un aperçu des principales préoccupations du CCR relatives à la santé mentale des réfugiés. Il se concentre sur les réfugiés, mais la plupart des aspects s'appliquent également à d'autres nouveaux arrivants, plus particulièrement à ceux qui ont été victimes de sérieuses violations des droits de la personne comme les survivants de la traite et à ceux qui ont un statut précaire tel que les travailleurs migrants.

Traumatismes et santé mentale

La santé mentale des réfugiés peut avoir été affectée par les traumatismes (tels que la torture, la violence sexuelle et la guerre) qu'ils ont vécus avant leur arrivée au Canada. Les impacts peuvent se faire sentir chez des enfants, des adolescents et des adultes, chez des hommes et des femmes et chez les membres de la famille de ceux qui ont vécu le traumatisme. Les réfugiés ne sont pas les seules personnes au Canada ayant vécu des traumatismes : les survivants des pensionnats, les victimes de violence ou d'agressions sexuelles et les militaires peuvent avoir des besoins similaires.

Migration et santé mentale

Même sans traumatisme, une migration est un événement stressant en soi. Le rapport de 1988 « *Puis, la porte s'est ouverte* »¹ reconnaît que le processus d'établissement et d'adaptation peut avoir des impacts significatifs sur la santé mentale. La séparation d'avec sa famille, la perte d'un soutien social, la barrière de la langue, les ajustements culturels et les difficultés à trouver un logement, un travail et une communauté sont tous des éléments qui peuvent contribuer à rendre une personne plus vulnérable aux problèmes de santé mentale.

Certains réfugiés peuvent faire face à des défis supplémentaires à cause d'une combinaison de facteurs tels que la race, le genre ou l'identité de genre, l'âge, l'orientation sexuelle et le statut d'immigrant. Les jeunes nouveaux arrivants qui ont participé au Rassemblement Action Jeunesse 2015 du CCR ont identifié la santé mentale comme un enjeu prioritaire.

Bien que rares, les maladies mentales graves peuvent être déclenchées ou aggravées par des expériences traumatisantes et du stress lié à la migration, mais peuvent passer inaperçues.

¹ Rapport du Groupe canadien chargé d'étudier les problèmes de santé mentale des immigrants et des réfugiés.

Les impacts des politiques d'immigration

Les politiques d'immigration peuvent soutenir ou, au contraire, menacer la santé mentale des réfugiés. Les politiques qui respectent leur dignité et leurs droits, qui assurent l'obtention d'un statut rapidement et qui favorisent la réunification familiale contribuent à aider les réfugiés à maintenir une bonne santé mentale. D'un autre côté, les politiques d'immigration peuvent nuire à leur santé mentale lorsqu'elles :

- **Gardent les familles séparées** (ex : longs délais de traitement, obstacles tels que la règle des membres de la famille exclus (R. 117(9)(d)) et l'absence de réunification pour les mineurs non accompagnés.)
- Caused la **détention** (même pour de courtes périodes).
- Refusent l'accès à un **statut sûr de résident permanent** (ex : les demandeurs d'asile dont les dossiers sont dans l'arriéré (avant la réforme), menaces de demandes de cessation, les longs délais dans le traitement des demandes de résidence permanente – incluant les réfugiés en attente de réinstallation, et les obstacles et les délais dans l'accès à la citoyenneté.)
- Imposent le **fardeau des prêts de transport** (entraînant une sérieuse charge financière).
- Imposent des **délais extrêmement courts** pour l'audience des réfugiés (entraînant un stress dû au manque de temps pour une préparation adéquate, rendant aussi les évaluations psychologiques difficiles.)

De plus, le système d'immigration ne fournit pas toujours le soutien et l'adaptation nécessaire pour les personnes souffrant de graves maladies mentales. Les réfugiés avec troubles mentaux sont plus à risque d'être détenus, toutefois, les centres de détention ne sont pas équipés pour prendre en charge ces personnes. Sans le soutien requis, il leur est plus difficile d'obtenir et de maintenir son statut d'immigration.

Les agents d'immigration et des services frontaliers ainsi que la Commission de l'immigration et du statut de réfugié doivent être mieux équipés pour éviter de faire revivre un traumatisme aux réfugiés et pour traiter de façon appropriée les personnes souffrant de troubles mentaux.

Les impacts sociaux

La santé mentale des réfugiés est aussi affectée par leur situation socioéconomique au Canada. Les facteurs tels que l'isolement, la difficulté à trouver un logement abordable, l'accès à l'éducation ou à un emploi satisfaisant ainsi que le racisme et la xénophobie ébranlent la santé mentale. D'un autre côté, un soutien de la communauté, un environnement accueillant et la possibilité de combler ses besoins favorisent la bonne santé mentale.

L'accès aux soins de santé mentale

Les problèmes d'accès des réfugiés aux soins de santé ne datent pas d'hier, plus spécialement pour ceux qui sont seulement couverts par le Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI). Malgré ses lacunes, le PFSI a, par le passé, couvert des services pour des réfugiés ayant souffert de traumatismes. La couverture était cependant limitée aux psychologues et psychiatres licenciés. Les coupures de 2012 ont eu un effet dévastateur sur l'accès aux services tel que documenté par le CCR.² À partir d'avril 2016, le PFSI redeviendra ce qu'il était avant les coupures de 2012. Il reste à savoir qui sera couvert, quels services le seront et si les fournisseurs de services de santé fourniront les services couverts par le PFSI.

² CCR, "Refugee health survey by province and by category", février 2015, ccrweb.ca/en/refugee-health-survey-2015

Des services et un soutien en santé mentale adaptés aux réfugiés et aux immigrants

Le CCR soutient les mesures préventives et de guérison offertes par la communauté. La tendance occidentale à traiter les problèmes mentaux avec de la médication n'est pas adaptée à la réalité de plusieurs réfugiés et nouveaux arrivants. Les approches non médicales (par exemple, la consultation) qui seraient plus appropriées sont rarement couvertes par les programmes gouvernementaux (PFSI, les systèmes de santé provinciaux).

Nous devrions explorer et rendre accessible des approches alternatives plus appropriées culturellement incluant celles qui se concentrent sur le soutien de la famille et de la communauté, qui réduisent la stigmatisation et qui favorisent la dignité et l'espoir.

Les fournisseurs de services en santé mentale ne sont pas toujours conscients des défis spécifiques auxquels les réfugiés font face suite à leurs expériences de persécution et de migration forcée. Ceci inclut les besoins particuliers des enfants et des jeunes, des individus LGBT et des femmes fuyant une persécution fondée sur le genre. Les fournisseurs de service ne sont peut-être pas familiers avec le travail avec un interprète ou ne savent peut-être pas comment avoir accès à ce service. Des services appropriés doivent être accessibles dans toutes les régions du Canada, pas seulement dans les grands centres urbains.

Les fournisseurs de services doivent être sensibles à la façon dont les individus peuvent interpréter leur propre expérience incluant par une optique culturelle autre qu'occidentale. Les non-Canadiens peuvent avoir encore plus peur de la stigmatisation reliée aux problèmes de santé mentale que les Canadiens.

Recommandations

1. Écouter les gens qui traversent ou qui ont traversé l'épreuve de devenir réfugiés. Les impliquer dans les processus de planification des services et de prise de décision.
2. Réformer les pratiques et les politiques d'immigration et de réfugiés pour minimiser les impacts négatifs sur la santé mentale en assurant la pleine dignité et le respect des droits, l'obtention d'un statut, la réunification familiale rapide et un soutien approprié aux demandeurs d'asile.
3. Soutenir les programmes communautaires pour favoriser la résilience et une bonne santé mentale.
4. Travailler pour offrir le meilleur contexte socioéconomique pour les réfugiés : un soutien communautaire, un environnement accueillant et la possibilité de combler ses besoins.
5. Fournir davantage de formation aux intervenants des organismes d'accueil, aux professionnels de la santé, incluant les psychologues et les psychiatres, aux travailleurs sociaux, aux agents d'immigration et des services frontaliers, aux décideurs, aux interprètes, aux éducateurs, aux employés des refuges, etc.
6. Assurer que la nouvelle version du PFSI offre une couverture pour des soins de santé mentale appropriés et qu'ils soient accessibles à tous ceux qui en ont besoin.
7. Améliorer l'accès à l'information concernant les soins de santé mentale disponibles (par exemple, un centre d'information pour les ressources en santé mentale dans tout le pays).
8. Soutenir le développement et l'accès à des approches alternatives et appropriées culturellement en matière de traitement des problèmes de santé mentale et documenter leur efficacité.
9. Soutenir la recherche sur la prévention des problèmes de santé mentale et les traitements efficaces pour ceux qui en souffrent.
10. Créer des liens avec d'autres, par exemple, des stratégies provinciales sur la santé mentale, des approches des communautés autochtones.

