



Résumé de la 7e soirée Dialogue

Résumé de notre soirée Dialogue du 2 juin 2020

Soirée Dialogue du 2 juin « Santé psychique — La migration, un facteur d'influence parmi d'autres ? ». En collaboration avec André Huegi de la Santé Bernoise.

Depuis 2019, L'association MULTIMONDO organise la série d'événements Dialogue, qui invite des personnes aux biographies différentes à discuter et échanger des sujets sociopolitiques lors de plusieurs soirées. La deuxième soirée Dialogue de l'année 2020 a eu lieu le 2 juin sur le thème de la santé mentale. Nous avons notamment parlé de tabous et des différents facteurs d'influence, dont celui de la migration. André Huegi était notre invité pour cette édition. Cette soirée devait originalement avoir lieu au sein du foyer de Multimondo, mais a dû être adaptée sous forme de vidéoconférence à cause des restrictions liées à la pandémie à laquelle nous faisons face actuellement. Au total, 5 personnes nous ont fait le plaisir de participer.

Après une brève présentation de chaque participant-e-s, André Huegi nous a commencé par nous présenter différents faits sur la santé psychique et sur la migration. Nous avons questionné la notion de « santé ». Est-ce le bien-être physique ? Est-ce le bien-être psychique ? Est-ce le bien-être social ? Chacun-e a sa propre définition. Pour certaines personnes, et ce dans toutes cultures confondues, le bien-être psychique et social ainsi que les traumatismes ne sont pas pris en compte dans la perception de leur propre santé. Elle se limite à l'absence de maladie ou d'infirmité. Pourtant, nous avons vu avec Monsieur Huegi que la santé regroupe plusieurs facteurs, à la fois individuels et sociaux.

Ainsi, la migration, ou plutôt le parcours de migration et ses différentes phases qu'expérimente une personne peuvent avoir une influence sur la santé psychique de cette dernière. La précarité socioéconomique, les barrières linguistiques ou encore l'insécurité de séjour sont des éléments qui exposent les migrant-e-s à un risque accru en termes de santé. Le contexte politique et social du pays d'accueil n'est pas non plus sans conséquences sur la vie des personnes. Suivant le régime politique en place par exemple, les conditions d'admission ou encore la reconnaissance des diplômes, l'exposition aux risques de décompensation n'est pas la même d'un endroit et d'un individu à l'autre. Le contexte socio-économique et politique a donc un impact sur la santé psychique et joue un rôle important sur le bien-être. C'est pour cela qu'il est important d'avoir des politiques de santé publiques et de prévention qui soient adaptées à la réalité des personnes migrantes. L'accès à l'information et la sensibilisation permettent de réduire les risques.

Deux compétences ont été mises en évidence par notre intervenant pour réduire les risques : Les compétences en matière de santé et les compétences transculturelles. Les premières font référence à l'aptitude d'une personne à entreprendre quotidiennement des

décisions ayant un impact positif sur sa santé. Ce n'est pas sans défis, puisque la définition de la santé est propre à chacun-e. Comme nous l'avons dit, le bien-être psychique est une notion abstraite pour certains individus. Chacun-e ne s'écoute pas de la même manière. S'ajoute à cela, le tabou qui entoure la santé mentale dans beaucoup de cultures, comme l'a relevé l'une de nos participantes. C'est à ce niveau-là que prend toute l'importance des compétences transculturelles pour éveiller les consciences sur la nécessité de prendre des décisions bénéfiques pour son bien-être physique et psychique. Les compétences transculturelles se définissent par la capacité d'identifier et comprendre des univers de vie individuels, de tenir compte de la situation et du contexte donnés afin de déduire des modes d'action appropriés. C'est très important que les professionnels du domaine de la santé, mais pas seulement, soient dotés de cette capacité afin de pouvoir réfléchir aux conditionnements et préjugés issus de l'univers d'autrui, mais également du sien. Ainsi, on évite la stéréotypisation de groupes cibles particuliers.

Pour conclure, cette soirée nous a permis de comprendre la complexité qui entoure la notion de santé : Tabous, compétences transculturelles, facteurs individuels et sociaux, parcours de migration. Tout cela nous a montré la multitude d'éléments à prendre en compte pour une meilleure compréhension de l'autre. En d'autres termes, l'essence même de cette soirée peut se trouver dans l'écoute, la compréhension de soi et d'autrui. Nous avons pu mettre en évidence la multitude des réalités qui existent et plus particulièrement, une mise en évidence des défis qu'impose le processus de migration aux individus et par conséquent, la nécessité d'une entre-aide collective entre professionnel-le-s et population.

Le projet "Dialogue" est soutenu par la Fondation fondia.

