



Santé mentale

MYTHE N° 1

« Les problèmes de santé mentale ne me concernent pas. »

RÉALITÉ 1 personne sur 4 est concernée. Tout le monde peut être touché de près ou de loin.

MYTHE N° 2

« Handicap psychique et handicap mental c'est pareil. »

RÉALITÉ Le handicap psychique est la conséquence de troubles psychiques limitant l'activité et la participation sociale et professionnelle. Le handicap mental est la conséquence d'une déficience intellectuelle, c'est-à-dire « un arrêt du développement mental ou un développement mental incomplet ».

MYTHE N° 3

« Les schizophrènes sont dangereux et violents. »

RÉALITÉ Les personnes souffrant d'un trouble psychique sont plus souvent victimes de violence qu'agresseurs.

MYTHE N° 4

« La seule façon de soigner les maladies mentales c'est l'hospitalisation et les médicaments. »

RÉALITÉ Les soins psychiatriques sont délivrés en grande majorité en dehors de l'hôpital, en ambulatoire. Ils comprennent bien d'autres options que les seuls médicaments.

MYTHE N° 5

« Quand on a des problèmes de santé mentale c'est pour la vie, on ne peut pas guérir. »

RÉALITÉ Il est possible d'aller mieux, de vivre, de travailler, d'avoir une vie sociale, malgré la persistance de symptômes.

MYTHE N° 6

« Les problèmes de santé mentale ne concernent pas les employeurs. »

RÉALITÉ Les problèmes de santé mentale représentent un enjeu majeur de santé publique. Selon l'OMS, en 2020 la dépression sera la 2e cause de maladie et d'arrêts de travail.

MYTHE N° 7

« Les personnes qui vivent avec un trouble psychique ne peuvent pas travailler. »

RÉALITÉ Le taux d'emploi des personnes atteintes troubles dépressifs ou anxieux se situe entre 60 % et 70 %, soit 10 à 15 points de moins que les personnes qui n'en souffrent pas.

MYTHE N° 8

« Les enfants n'ont pas de problèmes de santé mentale. »

RÉALITÉ Des souffrances psychiques peuvent se révéler très tôt dans la vie. Une aide précoce permet d'en maîtriser les conséquences.

MYTHE N° 9

« Même si on ne va pas bien de temps en temps cela ne veut pas dire qu'on a des problèmes psy. »

RÉALITÉ Diagnostic ou pas, une souffrance psychique doit être entendue, car il est possible d'aller mieux.

MYTHE N° 10

« En se faisant reconnaître travailleur handicapé, tout le monde peut savoir de quelle maladie on souffre. »

RÉALITÉ Il n'existe aucune obligation légale imposant de révéler à son employeur que l'on bénéficie d'une reconnaissance de travailleur handicapé.

Ce poster a été conçu par le Psycom à partir des données disponibles.

PLUS D'INFORMATION ET DE SOURCES SUR www.psycom.org



11, rue Cabanis - 75674 Paris Cedex 14
facebook.com/psycom.org - @Psycom_actu
contact@psycom.org