

Santé mentale, maladie mentale, trouble mental : Mais de quoi parle-t-on ?

Introduction

Nous entendons souvent parler de « maladie mentale », d'untel atteint de « troubles mentaux » ou d'une telle dont la « santé mentale » est fragile. Mais de quoi parle-t-on réellement.

En tant qu'association défendant le droit des personnes handicapées, il nous semblait important de clarifier les choses pour éviter les confusions entre tous ces termes.

Cette analyse donnera une définition de ce qu'on entend par « santé mentale », « maladie mentale » et « trouble mental ». Ceci afin d'en cerner les contours un peu flous ainsi que les enjeux sous-tendus. Ainsi, nous pourrons mieux saisir de « quoi » parle-t-on mais surtout et principalement cibler de « qui » parle-t-on.

Définitions

Santé mentale

La santé mentale est « l'aptitude du psychisme à fonctionner de façon harmonieuse, agréable, efficace et à faire face avec souplesse aux situations difficiles en étant capable de retrouver son équilibre ».¹ Une personne en « bonne santé mentale » est une personne capable de gérer les situations difficiles de la vie, traversées par tout un chacun : échec, deuil, séparation, etc.

Cette définition n'est pas absolue et paraît même illusoire.² Tout est une question de retrouver l'équilibre après le moment de déséquilibre dans son corps (une maladie, ...), de déséquilibre dans sa tête (un coup de blues, ...) ou de déséquilibre dans sa relation avec les autres (conflit familial, ...). Une

¹ Qu'est-ce que le handicap psychique ? Agences Entreprises et Handicap

<http://www.handipole.org/IMG/pdf/qu-est-le-handicap-psychique.pdf>

²<http://www.plateforme->

[psysm.be/index.php?option=com_content&view=section&layout=blog&id=2&Itemid=2](http://www.plateforme-psysm.be/index.php?option=com_content&view=section&layout=blog&id=2&Itemid=2)

bonne santé mentale est une question de capacité d'adaptation à toutes ces situations.

En Belgique³, on ne cloisonne pas le champ de la santé mentale aux aspects médicaux. À côté des psychiatres, un grand nombre d'intervenants de la santé mentale existent. Parmi eux, les psychologues, les sexologues, les psychothérapeutes, etc. Par ailleurs, le 20 mai 2014, est paru au Moniteur Belge, le texte de loi modifiant *l'arrêté royal n°78 du 10 novembre 1967 relatif à l'exercice des professions des soins de santé et réglementant les professions de santé mentale*. Les psychothérapeutes obtiennent donc un cadre légal et les psychologues cliniciens, une reconnaissance spécifique. Jusqu'ici, en Belgique, une personne diplômée en psychologie sociale ou en psychologie du travail pouvait exercer en tant que clinicien... Bien qu'il faille attendre la mise en place du nouveau gouvernement pour mieux appréhender les contours de cette modification de loi, nous pouvons considérer qu'il s'agit d'un grand pas dans le champ de la santé mentale.

Maladie mentale

La « maladie mentale » est synonyme de « trouble mental ». Si son utilisation est moins fréquente c'est que beaucoup d'organisations et d'associations réfutent le terme de « maladie ».⁴ La raison est assez simple, la « maladie » fait directement référence à la médicalisation, aux médecins, aux médicaments, etc. et beaucoup rejettent ce lien entre les deux. C'est pour cela qu'on lui préfère l'appellation « trouble mental ».

Trouble mental

Le terme « trouble » est donc préféré à « maladie » pour les raisons évoquées plus haut. Il implique *« l'existence d'un ensemble de symptômes ou de comportements cliniquement reconnaissables associés dans la plupart des cas à la détresse et à la perturbation des fonctions personnelles »*.⁵ Cependant, la définition précise que *« la déviance ou le conflit social seul, sans dysfonctionnement personnel, ne doit pas être inclus dans les troubles mentaux »*.⁶

³http://www.plateforme-psysm.be/index.php?option=com_content&view=article&id=6:specificite-de-la-sante-mentale-par-rapport-a-la-sante&catid=9:le-champ-de-la-sante-mentale&Itemid=2

⁴ <http://www.who.int/topics/fr/>

⁵ <http://www.who.int/topics/fr/>

⁶ <http://www.who.int/topics/fr/>

Classifications des troubles mentaux

Quelles pathologies retrouve-t-on dans les troubles mentaux ? Deux grandes classifications des troubles mentaux existent. La première a été établie par l'Organisation Mondiale de la Santé.⁷ Il s'agit de la *Classification statistique internationale des maladies et des problèmes de santé connexes*, plus connue sous l'acronyme « CIM-10 ». La seconde est le *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, établie par l'Association Américaine de Psychiatrie et dont la 5^{ème} édition est plus connue sous l'appellation « DSM-V ».

Nous ne développerons ici que la CIM-10 qui distingue 10 « groupes » de troubles mentaux⁸ :

1. Les troubles mentaux organiques y compris les troubles symptomatiques ;
2. Les troubles mentaux et du comportement liés à l'utilisation de substances psychoactives (comme les drogues) ;
3. La schizophrénie et les troubles délirants ;
4. Les troubles de l'humeur ;
5. Les troubles névrotiques et ceux liés à des facteurs de stress ;
6. Les syndromes comportementaux associés à des perturbations physiologiques et à des facteurs physiques ;
7. Les troubles de la personnalité et du comportement chez l'adulte ;
8. Le retard mental ;
9. Les troubles du développement psychologique ;
10. Les troubles du comportement et troubles émotionnels qui apparaissent habituellement durant l'enfance et l'adolescence.

À ces 10 groupes s'ajoutent un groupe « trouble mental » sans autre précision. Probablement pour y classer l'un ou l'autre trouble, inclassable ailleurs. De plus, chaque « groupe » comporte un certain nombre de sous-groupes. En 2014, l'OMS va réviser cette classification et présenter une 11^{ème} version du CIM-10, le CIM-11.⁹

Aussi, nous voyons dans la classification des troubles mentaux la déficience intellectuelle ou encore la toxicomanie. Mais de grandes discussions et de

⁷ http://www.who.int/substance_abuse/terminology/icd_10/fr/

⁸ <http://taurus.unine.ch/icd10?select=2369>

⁹ <http://www.ccomssantementalelillefrance.org/?a=classification-internationale-des-maladies-11%C3%A8me-version-cim-11>

nombreux débats subsistent : Peut-on accepter de mettre sur le même pied cette classification du « trouble mental », la déficience intellectuelle et la toxicomanie ? La question est ouverte et une piste de réponse est la « division » des troubles mentaux en deux : les troubles psychiques d'un côté et le handicap mental de l'autre.¹⁰

Nous voyons donc que dans les troubles mentaux, nous pouvons rencontrer le trouble le plus « simple » comme le trouble le plus grave. Affiner la définition permettrait au moins de cibler les pathologies les plus graves.¹¹

Conclusion

La définition du trouble mental dépendra fortement du contexte socio-culturel, socio-économique et juridique d'un pays.¹² Ce qui est considéré comme un trouble mental dans un pays, ne le sera pas dans un autre et vice versa. À titre d'exemple, de nombreux pays considèrent l'homosexualité comme étant un trouble mental alors que dans d'autres, l'homosexualité fait partie de la normalité. De plus, nous constatons que la définition du trouble mental a également une dimension plus temporelle. En effet, ce qui était considéré comme un trouble mental il y a quelques années, ne l'est plus forcément aujourd'hui. Pour garder l'exemple de l'homosexualité, elle était reconnue maladie mentale par l'Organisation Mondiale de la Santé et la Classification Internationale des Maladies avant d'être retirée en 1992 (!).

Au-delà des questions psychiatriques, éthiques ou philosophiques, se pose la question de la législation. Considérer le retard mental et le trouble mental dans la même classification implique une législation unique, et, bien entendu, exclure le retard mental des troubles mentaux, entraînera des législations différentes.¹³ Chaque pays décide en fonction de sa réalité sociale, économique, historique et culturelle.

De quoi parlons-nous au final ? D'une réalité complexe qui touche au domaine du mental, du psychisme, de l'esprit, toujours très difficile à cerner et certainement pas simple à comprendre pour un intervenant extérieur. Une chose est sûre, nous savons au moins de qui nous parlons. D'hommes, de femmes, d'enfants en souffrance qui doivent se battre au quotidien pour s'adapter à l'environnement parfois hostile, pour ne pas perdre leur emploi, pour ne pas se voir coller l'étiquette de « fous » ou d' « attardés », pour ne pas

¹⁰ Lire à ce sujet « Les troubles psychiques : Faut-il voir le trouble psychique comme un handicap » sur www.asph.be, labélisé Anysurfer.

¹¹ <http://www.who.int/topics/fr/>

¹² <http://www.who.int/topics/fr/>

¹³ <http://www.who.int/topics/fr/>

être victimes de discriminations, pour ne pas être maltraités... bref pour vivre leur vie en société. C'est à cela que les professionnels, les intervenants, les associations et les politiques doivent travailler.

Documents et sites consultés

- <http://taurus.unine.ch/icd10?select=2369>
- <http://www.ccomssantementalelillefrance.org/?q=classification-internationale-des-maladies-11%C3%A8me-version-cim-11>
- <http://www.handipole.org/IMG/pdf/au-est-le-handicap-psychique.pdf>
- http://www.plateforme-psysm.be/index.php?option=com_content&view=section&layout=blog&id=2&Itemid=2
- http://www.who.int/substance_abuse/terminology/icd_10/fr/
- <http://www.who.int/topics/fr/>

Date : 10 juillet 2014

Chargée de l'analyse : Najoua BATIS
Chargée d'études et d'analyses

Responsable de l'ASPH : Catherine LEMIERE
Secrétaire générale ASPH