

Réseaux sociaux, un outil de déstigmatisation?

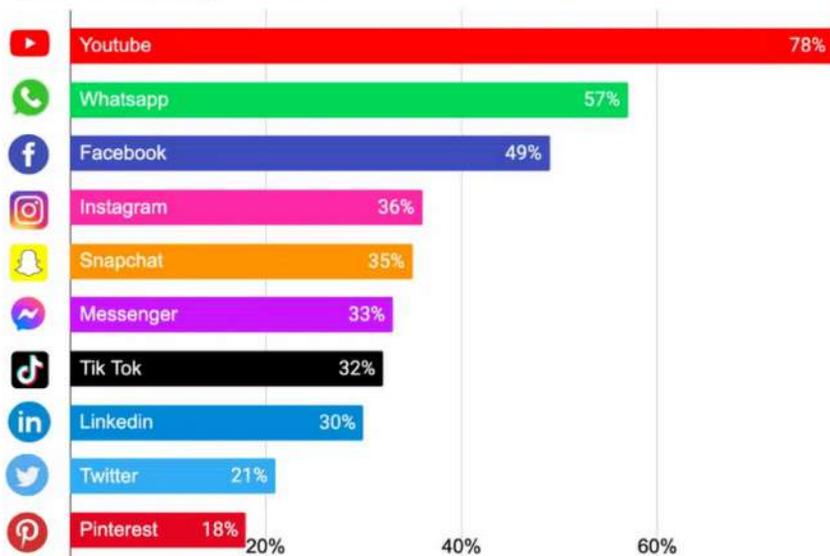


Réseaux sociaux, quelques chiffres

q

- 77% de la population a un smartphone, 94% des 15-29 ans
- Réseaux sociaux les plus utilisés en France/ par les jeunes
- **Un axe à investir en santé mentale**

Chiffres globaux : Répartition par Réseaux Sociaux (Janv. 2023) awitec

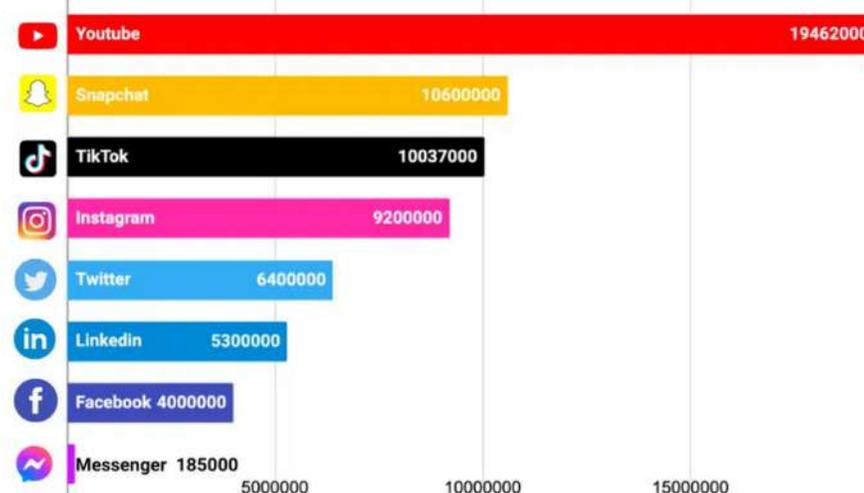


Sources : Google ads, Meta ads, LinkedIn ads, Snapchat ads, Tik Tok ads, Twitter ads, Pinterest ads

Une infographie

awitec

Les utilisateurs de moins de 25 ans sur les réseaux sociaux (2023)



Sources : Meta ads, LinkedIn ads, Snapchat ads, Tik Tok ads, Twitter ads, Google ads



Une infographie

awitec

La rehab' sur les réseaux sociaux

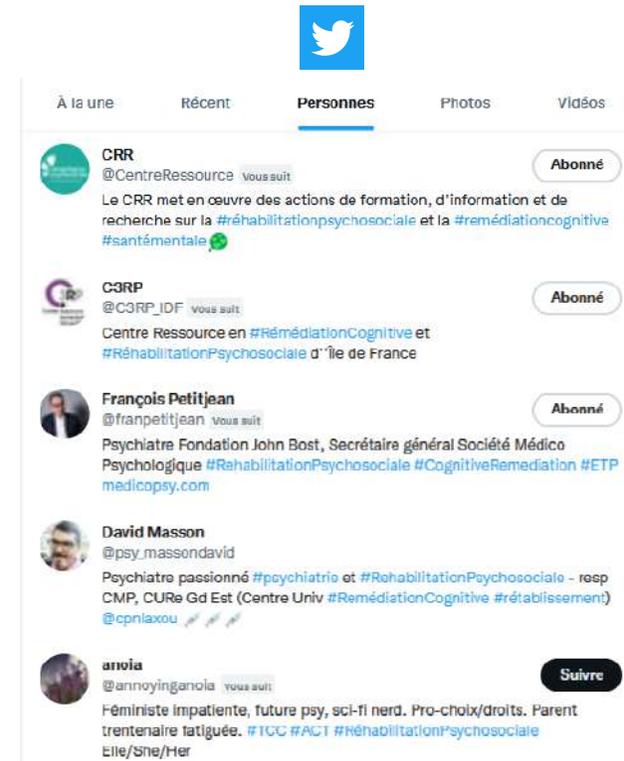
#Psychiatrie: 100000 publications Instagram,
10000 Facebook 522,8M TikTok

#RehabilitationPsychosociale:

 790 résultats

 Rétablissement et RPS: 6,4K, CRR: 4,7 K

 moins de 100 publications



Les réseaux sociaux, quelle place pour les troubles psychiques?

De nombreuses pages sont consacrées aux troubles psychiques ou psychiatriques

Sur Facebook:

#bipolar: 920 000

#schizophrenia: 179 000

(#diabete: 210 000, #covid: 29 millions)

Sur Instagram:

#depression: 24,5 millions de publications

#bipolar: 2,8 millions de publications

#schizophrenia: 504 000

(#diabete: 298 000, #covid: 23,9 millions)



Stigmatisation, un problème actuel?

Stigmatisation: phénomène consistant à considéré le fait d'avoir un trouble psychique comme dévalorisant, dégradant, négatif, déshumanisant. Elle entraîne:

- une souffrance supplémentaire pour la personne concernée
- une possible attribution à soi des représentations négatives des troubles, appelée auto-stigmatisation
- un signe identifié de faiblesse

- S'accompagne souvent de **discrimination**

Pas mal de gens devraient être en psychiatrie.

- Quelle(s) forme(s) prend t-elle aujourd'hui?

Le problème c'est qu'on les traite comme des gens normaux et ils commencent à influencer les gens normaux.

C'est ça le problème.

Danse avec les Stars – Halloween 2019



Il faut te voir en camisole de force pour te voir libéré
de ton carcan ...
« l'hôpital psychiatrique te va très bien »...

Stigmatisation sur les réseaux sociaux

Foutage de gueule !

Vous financez et diffusez le pseudo-journalisme de Hugo Clément et dans le même temps vous vous affichez comme les garants de la déontologie de l'information.

Ne seriez-vous pas a little bit schizophrène (je reste poli) !?

France Télévisions  @Francetele · 16 nov.

Officiel

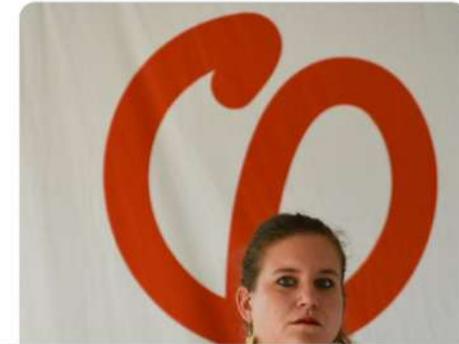
Face aux centaines d'informations qui nous submergent, comment s'informer en toute confiance ?

Le Groupe @Francetele se mobilise auprès des Français dans la lutte contre la désinformation.

L'objectif : ouvrir le dialogue et proposer des solutions concrètes.

La francophonie c'est de la schizophrénie. On pense et on vit comme un groupe de personnes qui décide pour plusieurs pays. Comment il ne va pas dire que le français est la langue universelle de l'Afrique francophone et la langue du panafricanisme?!

Panot reconnue très jeune atteinte de schizophrénie . Une pathologie psychiatrique chronique complexe qui se traduit schématiquement par une perception perturbée de la réalité, des manifestations productives, comme des idées délirantes ou des hallucinations.



[nature](#) > [schizophrenia](#) > [articles](#) > [article](#)

Article | [Open Access](#) | [Published: 07 February 2022](#)

Identifying schizophrenia stigma on Twitter: a proof of principle model using service user supervised machine learning

[Sagar Jilka](#) , [Clarissa Mary Odoi](#), [Janet van Bilsen](#), [Daniel Morris](#), [Sinan Erturk](#), [Nicholas Cummins](#), [Matteo Cella](#) & [Til Wykes](#)

[Schizophrenia](#) **8**, Article number: 1 (2022) | [Cite this article](#)



Environ **50%** de tweets stigmatisants liés à la schizophrénie sur Twitter en anglais

Dépression

Les antidépresseurs ne soignent pas la dépression.

La dépression a des causes sociales et psychologiques. Pour en sortir, il faut changer fondamentalement notre mode de vie et plus largement notre société.

54 409 1 088

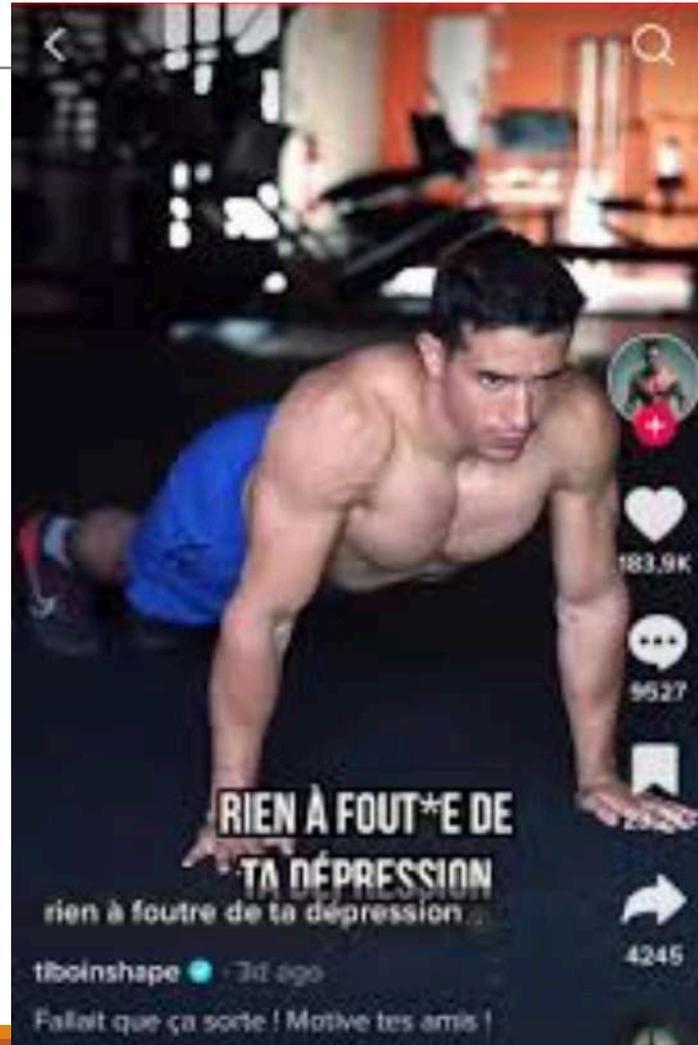
Il faut qu'on cesse de placer toute notre confiance et nos espoirs dans des médicaments qui n'ont jamais prouvé leur efficacité et ont pour seul effet un effet placebo.

19 58 92

L'entraide mutuelle, la construction d'un projet commun, retrouver le lien avec la nature, ont une efficacité prouvée pour sortir de la dépression.

Retrouver une vision future, sortir de la précarité (le revenu universel), aussi.

1 21 91



Le poids de l'ignorance



Dominique Lang 🇫🇷
@dlang57500

Maxime Mabilia a vu sa vie basculer en 2018, après un épisode de bouffées délirantes. Diagnostiqué 2 ans plus tard [#schizophrène](#), il essaie de retrouver un quotidien "normal". Il est aujourd'hui animateur pour jeunes enfants...
Comment est-ce possible? 🙏



actu.fr
Diagnostiqué schizophrène à l'âge de 20 ans, la vie de Maxime a basculé du jour au lendemain

Le propre d'un psychopathe pervers narcissique est d'être absolument privé d'empathie. Il s'est bâti une forteresse intérieure contre les émotions qui, s'il y cédait, le ferait tomber dans la schizophrénie. Voir les vidéos de Christine Mortamais sur YouTube à ce sujet.



Eric Ciotti ✓
@ECiotti

La place des toxicomanes est à l'hôpital et non dans la rue.

Je demande leur hospitalisation de force et sous contrainte.

La loi le permet, il faut agir !

13:39 · 29 août 22 · Twitter for iPhone



83% des français considèrent la schizophrénie comme une maladie dangereuse (baromètre Unafam 2018)

J'ai toujours dit qu'il y avait un aspect mystique derrière les troubles de la personnalité genre la schizophrénie.

Ma pote m'a raconté un truc à son stage et j'avoue ça m'a fait cogiter

5:57 PM - 27 juin 2022 - Twitter for iPhone

249 Retweets 137 Tweets cités 943 J'aime



Tweetez votre réponse.

Répondre



En réponse à @lauralee_7

Ces gens te parlent de réincarnation en mode normal, ils te parlent de leurs vies antérieures etc



SIXTEEN. 📍 @lauralee_7 - 27 juin

Ils ont la capacité de percevoir certaines choses du monde subtil. C'est une capacité qui n'est pas donnée à tout le monde.

Et c'est pas plus mal.

Imaginez-vous voir des entités dans votre salon, entendre des voix etc. 🤪

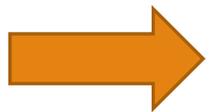
La psychiatrie, une discipline à la communication sinistrée?

Des postes de PH non pourvus partout en France

Des places d'internes non pourvus tous les ans

Une représentation négative de la psychiatrie chez les médecins

Une image sinistrée en population générale



Nécessité d'investir la promotion de la psychiatrie et de communiquer

Psychiatre sur les réseaux sociaux

Partage d'expérience de 3 ans sur Twitter

Objectifs



David Masson
@psy_massondavid

Psychiatre passionné psychiatrie - Responsable département
[#RehabilitationPsychosociale](#) @cplaxou et @CUREGrandEst - Info utile du jour en [#psychiatrie](#)

📍 Nancy, France 🌐 centre-ressource-rehabilitation.org/cure-grand-est...
📅 Naissance le 14 mai 1978 📅 A rejoint Twitter en avril 2020

546 abonnements 9 382 abonnés

[Éditer le profil](#)

Assumer son métier...

Les psychiatres sont des Joseph Mengele socialement acceptables. On ne connaît RIEN de la monstruosité de ces gens et des tortures infligées dans les camps de concentration psychiatriques. Ou plutôt, on sait et on laisse faire. Parce que c'est ça notre civilisation

#ChoisirPsychiatrie pour pouvoir maltraiter et enfermer ses patients à sa guise 🥰

Cette «maladie» n'existe pas et vous le savez bien. Vous les psychiatres vous êtes des menteurs experts et vous le savez bien, vous mangez et obtenez ce pouvoir de cette grande mesonge. L'industrie de la psychiatrie est la pire des mensonges de ces nouveaux temps.

... Découvrir une richesse incroyable

○ Découverte et partage de témoignages de personnes concernées

À tous les gens qui souffrent psychologiquement, dépression, anxiété...
Ce n'est que mon humble expérience, cela vaut pour ce que c'est, c'est à dire, une expérience individuelle.
Votre mal être n'est pas une fatalité. Mais il n'est pas non plus qqchose que vous devez prendre à



○ Contact direct avec les personnes concernées et leurs ressources



Lee ANTOINE
@Leethique

Dans le cadre de [#ChoisirPsychiatrie](#) (et au delà), voici des ressources en vrac produites par des personnes concernées par des troubles psys& (à consulter s'il vous plaît) :

- *Tweeter & site de [@lyingrain](#)
- *Site [dcaius.fr/blog](#)
- *Site de [@Blog_Schizo](#)
- *Site de [@CdFous](#)



Promouvoir la psychiatrie



David Masson

@psy_massondavid



Franchir le pas.

Pour venir consulter un psy, ou pour je l'espère donner envie de devenir psy.

Quel plaisir d'avoir partagé les coulisses et la passion de mon métier de #psychiatre avec @mickael_sp dans cet épisode de @MauxBleus_PdS.

Découvrez le ici

#psychiatrie



Les Maux Bleus, vivre et dire la maladie ... @MauxBleu... · 20 janv. 2022

♥ Notre épisode avec @psy_massondavid est désormais disponible. Merci à lui et à tou-te-s les professionnel-le-s qui nous accompagnent au quotidien pour rendre la #santementale plus accessible et permettre à des personnes en souffrance de franchir le pas.

placedessciences.fr/nos-podcasts/l...

[Afficher cette discussion](#)



David Masson

@psy_massondavid



La #psychiatrie est un avenir possible pour tous les nouveaux internes. Mais êtes vous sûr de bien la connaître?

Un thread à lire pour tous les hésitants, ceux qui vont choisir psychiatrie, aux curieux et surtout à ceux qui ne la choisiront pas.

[#ECNi2022](#)

6:40 PM · 18 août 2022

Voir les statistiques des Tweets

126 Retweets 13 Tweets cités 315 J'aime



Tweetez votre réponse.

Répondre



David Masson @psy_massondavid · 18 août 2022

En réponse à @psy_massondavid

La psychiatrie est une spécialité médicale consacrée à la prévention, le diagnostic et le traitement des maladies mentales.

Souvent dans le trio de queue des choix de carrière médicale, nous sommes pourtant nombreux à l'aimer et s'y passionner. Mais comment est ce possible?



1



4



31



David Masson @psy_massondavid · 18 août 2022

On dit souvent "psychiatrie, c'est pas de la médecine". C'est exactement l'inverse. Un trouble psychique étant un diagnostic d'élimination, un socle de connaissances médicales et de relations solides de confiance avec ses collègues d'autres spés sont nécessaires.

Faire connaître des dispositifs utiles



C'est le moment, **3114** et c'est ici [#preventionsuicide](#)

3114
@3114_appel Vous suit

Numéro National Souffrance et Prévention du Suicide 🧡 Une écoute professionnelle et confidentielle 🕒 24h/24 · 7j/7 📞



réhabilitation psychosociale
CENTRE RESSOURCE

CRR
@CentreRessource Vous suit

Le CRR met en œuvre des actions de formation, d'information et de recherche sur la [#réhabilitationpsychosociale](#) et la [#remédiationcognitive](#) [#santémentale](#)



PSYCOM
Santé Mentale Info

Psycom_actu
@Psycom_actu Vous suit

Information et santé mentale [#santementale](#) [#psy](#) [#psychiatrie](#) [#medicament](#) [#psychotropes](#) [#esante](#) [#stigmatisation](#) [#savoirexperientiel](#) [#empowerment](#) [#retablissement](#)



LE SUICIDE, PARLONS-EN
Papageno PROGRAMME

Papageno Programme
@PapagenoSuicide Vous suit

Pourquoi Papageno ne s'est-il pas suicidé ? Le choix des mots peut sauver des vies. Programme national / Recommandations OMS Appelez le 3114 📞



LES MAUX BLEUS

Les Maux Bleus, vivre et dire la maladie mentale
@MauxBleus_PdS Vous suit

🎧 Un podcast sur la [#santémentale](#), par [@mickael.sp](#). Musique : Alex Rocher. Illustrations : Manon Combe. Retranscriptions : Unt' Margaria.



Le coin de **SOYEZ REHAB** N°4 Vers le changement

Médiateur de Santé Pair

#SOYEZREHAB

Réagir à l'actualité



David Masson
@psy_massondavid

La #dépression:

- est une maladie sérieuse et non un état d'âme
 - peut toucher n'importe qui
 - n'est pas un signe de faiblesse
 - rend les gens sans énergie
 - ne devrait pas être détournée et caricaturée par les coaches sportifs.
- On répète et on RT jusqu'à ce que ça rentre! 1/2

OKAMO @OKAMO_TV · 17 janv.

Vos fakes dépressions
[Afficher cette discussion](#)



0:04 1,4 M vues

2:55 PM · 22 janv. 2023 · 389,5 k vues

[Voir les statistiques des Tweets](#)

1719 Retweets 29 Tweets cités 4 524 J'aime



Le HuffPost
@LeHuffPost

"Ce dont souffrent les patients et la psychiatrie, c'est de 40 ans de clichés et de stigmatisation"



huffingtonpost.fr

"Ce dont souffrent les patients et la psychiatrie, c'est de 40 ans de clichés et ...
TRIBUNE - « L'hôpital ne peut plus être réduit à cette caricature de lieu de rétention final et obligatoire de la 'folie' d'un autre temps » déclare le ...

10:37 AM · 7 nov. 2022

76 Retweets 5 Tweets cités 156 J'aime

...

David Masson @psy_massondavid · 5h

Cher @MarianneleMag,

Le mot #schizophrène:

- désigne une maladie psychique
 - n'est ni une insulte ni une qualification méprisante
 - ne devrait plus être utilisé en substitution à incohérent, illogique, discordant... N'hésitez pas à utiliser la richesse de notre belle langue.
- Cdt



Article abonné

Analyse

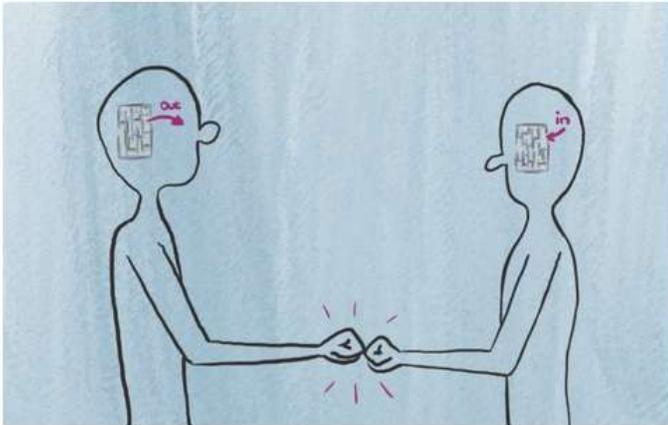
📰 Réforme des retraites : à quelques jours du vote, les Républicains plus schizophrènes que jamais

Réaliser des travaux de thèse

Questionnaire de thèse : "le rétablissement et la pair-aidance professionnelle"

Accueil > S'engager dans la réhabilitation psychosociale > Études : appels à participation > Questionnaire de thèse : "le rétablissement et la pair-aidance (...)

Vous travaillez dans une unité de soin où intervient un médecin et/ou un addictologue et vous avez 10min devant vous ? Alors ce questionnaire de thèse peut vous intéresser !



Vous le trouverez via le lien ci-dessous :

<https://form.dragonsurvey.com/survey/r/2718942e>

Le questionnaire a été réalisé par Jean DROGO et Damien FRIGI, internes en 5ème semestre du DES de psychiatrie de Nancy. Il a été réalisé dans le cadre de leur travail de thèse de médecine.

Voici les notions importantes de ce travail :

- thème : le rétablissement et la pair-aidance professionnelle
- hypothèse : l'embauche d'un pair aidant a une influence sur l'acquisition de connaissances et de pratiques orientées rétablissement
- utilité : cette étude pourrait nous aider à comprendre comment la pair-aidance transforme les pratiques des unités de soins au niveau individuel et collectif

IMPORTANT : seuls les questionnaires entièrement terminés seront utilisés pour l'analyse des résultats qui seront entièrement anonymisés.

Questionnaire diffusé en ligne durant le printemps 2021

339 réponses exploitables sur 542

Article actuellement en pré-print

LA PAIR-AIDANCE COMME CATALYSEUR DE L'ACQUISITION DE CONNAISSANCES ET ATTITUDES ENVERS LES PRATIQUES ORIENTÉES RÉTABLISSEMENT

Étude descriptive transversale nationale dans les services de psychiatrie et d'addictologie

Promouvoir nos actions



...   **Abonné**

CURe Grand Est

@CUREGrandEst Vous suit

Toute l'actualité sur la [#RéhabilitationPsychosociale](#) et le réseau CURe Grand Est (Centre Univ support de [#RemédiationCognitive](#) et [#Rétablissement](#))

 Médecine et santé ⓘ  A rejoint Twitter en mars 2022

78 abonnements 218 abonnés

 Suivi par Marie FRANCOIS STAUB, Jardin Mental (ex Mon Suivi Psy) officiel et 48 autres personnes que vous suivez

Tweets Réponses Médias J'aime

 **CURe Grand Est** @CUREGrandEst · 14 févr. ...

 A vos agendas !
Le 9 mars 2023 se déroulera la 2ème journée de [#RéhabilitationPsychosociale](#) au CH de Rouffach.

Retrouvez toutes les infos ici [➡ santementale68.fr/actualites/act...](#)

**Journée de la
réhabilitation psychosociale**
9 mars 2023, 09h30 à 17h

Informers: Info utile du jour en #psychiatrie

Publication hebdomadaire depuis aout 2022

 **David Masson**
@psy_massondavid

Info utile du jour en #psychiatrie: la #dépression, comment accompagner un proche qui en souffre? C'est tellement différent de juste conseiller de soulever des haltères ou de se bouger les fesses qu'il faut vraiment qu'on en parle 📌 1/13



6:32 PM · 2 janv. 2023 · 534,4 k vues

 Voir les statistiques des Tweets

1 527 Retweets 87 Tweets cités 3 482 J'aime

 **David Masson**
@psy_massondavid

Info utile du jour en #psychiatrie: dermatologie et psychiatrie, deux spécialités médicales bien plus liées qu'on pourrait le penser. Psoriasis, dermatillomanie, effets de médicaments psychotropes sur la peau et comment les choisir... on en parle aujourd'hui dans ce 📌 1/13



6:54 PM · 5 févr. 2023 · 113,7 k vues

 Voir les statistiques des Tweets

187 Retweets 11 Tweets cités 637 J'aime

 **David Masson**
@psy_massondavid

Info utile jour en #psychiatrie: les antidépresseurs. Des médicaments ne laissant personne indifférent, cristallisant espoirs et craintes importants. Sont-ils si terribles ou aussi magiques qu'on pourrait le penser? On en parle aujourd'hui pour mieux les connaître 📌 1/14



6:21 PM · 6 mars 2023 · 106,7 k vues

 Voir les statistiques des Tweets

246 Retweets 23 Tweets cités 562 J'aime

Quel bilan?

DU POSITIF

Développement du réseau entre professionnels de santé

Contact direct avec les usagers

Prise de conscience des difficultés rencontrées par les usagers

Découverte et partage de ressources

Possibilité de travaux d'études

Promotion de la discipline

Participation à la déstigmatisation de la santé mentale, de la psychiatrie, des maladies psychiques

Partage et commentaires de l'actualité riche en santé mentale

DU NÉGATIF

« bulle de filtre »

Modalités d'utilisation des outils peu adaptées à un échange

Biais d'analyse des commentaires (attention à la généralisation)

Engagement plus important avec l'appel à l'émotion

Gestion des « trolls »

Chronophage

Quel impact sur les comportements de santé?
Notamment en psychiatrie?

Quelques règles pour évoluer sur les RS

Bien définir l'objectif d'investir les réseaux sociaux, élaborer une stratégie de communication

Être réactif et régulier dans les interactions

Respecter ses interlocuteurs

Résister aux provocations

Choisir une exposition publique nécessite rigueur morale et éthique

Ne pas forcément répondre à tous, mais préciser les propos si nécessaires

Ne pas exercer la médecine sur les réseaux sociaux

Rester vigilant sur la proximité des interactions

Réfléchir avant de poster (avoir conscience des propos devenant publics)

La communication sur les réseaux sociaux

- est basée sur le **respect** et la **confiance**
- représente un **engagement**
- doit être **réalisée avec précaution**
- sans être exclusive, devient indispensable pour **la prévention et promotion de la santé mentale**
- doit être réalisée **par plusieurs acteurs** (soignants, usagers, familles...)
- est nécessaire pour la **promotion** de notre discipline...

... Rejoignez nous!



@psy_massondavid
@CUREGrandEst

Merci à vous!! Je sors d'un gros burn-out, et vos mots sont d'un très précieux recours pour pouvoir mettre des mots et expliquer le vécu. Merci encore!