

## CHAPITRE 8

# LA SANTÉ MENTALE CHEZ LES PEUPLES AUTOCHTONES

**Les communautés autochtones ont souvent des expériences collectives différentes de celles qu'on retrouve en général dans les médias.**

Dans l'ensemble, les problèmes de santé mentale touchent les peuples autochtones du Canada de façon disproportionnée. Le suicide est un indicateur de choix pour ces problèmes et les Premières Nations, les Métis et les Inuits, sont, en moyenne, deux fois plus à risque de se suicider que la population en général. Parmi les jeunes Inuits qui habitent dans leur terre traditionnelle, le taux de suicide est jusqu'à 30 fois plus élevé que la moyenne nationale.

Ces statistiques accablantes cachent toutefois une vérité importante. La crise n'est pas universelle. Il y a des communautés autochtones au pays où le suicide est pratiquement inexistant, ce qui indique de hauts niveaux de bonne santé mentale et de bien-être.

Les journalistes qui couvrent les questions de santé mentale chez les Autochtones doivent connaître cette réalité pour éviter que leur travail ne contribue à la perpétuation de préjugés et de mythes inutiles. Le stéréotype de « l'Autochtone ivre » par exemple, contredit le fait que le taux d'abstinence à l'alcool est plus élevé chez les Premières Nations que dans le reste de la population canadienne.

Nous faisons tous, souvent inconsciemment, des présuppositions basées sur des stéréotypes. Vous seriez surpris d'apprendre qu'il peut y avoir des différences importantes dans l'expérience collective des communautés et qu'on fait trop souvent des amalgames. Prendre le temps de bien comprendre les expériences spécifiques de la communauté sur laquelle vous travaillez vous aidera à être de meilleurs journalistes. Les principes généraux devraient vous être

*Plusieurs Canadiens perçoivent les peuples autochtones soit comme des environmentalistes nobles, des guerriers enragés ou des victimes pitoyables.*

Commission royale sur les peuples autochtones (1996)

déjà connus : ne généralisez pas ; ne stigmatisez pas ; recherchez les enjeux systémiques et sous-jacents qui mettent en lumière le contexte d'une histoire ; ne laissez pas des idées préconçues empiéter sur des faits qui ne confirment pas vos préjugés.

Une bonne démarche journalistique implique d'aller au-delà de l'histoire que vous racontez et de prendre en compte le contexte général ainsi que le système qui l'a mis en place. Si vous couvrez une épidémie de suicides dans une communauté, fournissez des éléments de contexte sur les effets dévastateurs du déracinement culturel de génération en génération. Si d'autres communautés ne sont pas touchées de la même façon, demandez-vous pourquoi.

Ayez conscience du rôle de l'identité culturelle comme un indicateur de bien-être mental. La perte de l'identité peut avoir des effets dévastateurs sur plusieurs générations. Sa préservation ou son rétablissement peuvent engendrer une résilience extraordinaire.

L'histoire nationale sur les politiques d'assimilation colonialistes, incluant les pensionnats autochtones, a fait l'objet de plusieurs

publications récemment. « Tuer l'Indien dans l'enfant », comme l'indiquait Sir John A. McDonald, est maintenant décrit comme une tentative de génocide culturel par la juge en chef de la Cour suprême du Canada, Beverley McLachlin.

Les bouleversements sociaux qui résultent de ce genre de politiques ne devraient pas être surprenants. Santé Canada estime que de « connaître et d'être fier de qui l'on est » est l'un des principaux indicateurs universels d'une bonne santé mentale. Il y a de plus en plus de preuves que les communautés autochtones ayant moins de problèmes de santé mentale et de dépendance sont celles où les gens ressentent le plus de contrôle sur leur propre vie.

Les journalistes généralistes qui gardent le contexte en tête lorsqu'ils couvrent des nouvelles concernant la santé mentale ou la dépendance chez les Autochtones auront plus de chances d'accorder de l'importance aux faits sur le sujet traité. Ils seront aussi moins enclins

*Un des problèmes avec le colonialisme est qu'il prive les gens de leur capacité à créer leur propre futur et à prendre en main leur destin. La réparation des cœurs, tout comme celle des traités, qui est si nécessaire, n'est pas chose facile.*

*Une intervention énergique est nécessaire, mais nous devons également trouver des stratégies concrètes qui vont donner à tous les peuples autochtones la possibilité d'améliorer leur présent et de se créer un meilleur avenir.*

Bob Rae  
politicien et diplomate canadien

à présenter des histoires de façon stéréotypée. En d'autres mots, ils feront du meilleur journalisme.

« Rien de nous sans nous » : on a souvent entendu ce slogan, utilisé par certains groupes voulant améliorer la perception du public à leur égard. Dans la pratique, cela peut se traduire par des méthodes qui s'opposent aux principes journalistiques, par exemple de demander d'approuver une histoire avant publication. Les journalistes ne peuvent céder le contrôle éditorial de cette façon, peu importe qui le demande. Mais il est logique, et aussi une bonne pratique journalistique, d'inclure des sources autochtones pour s'assurer que leur perspective soit abordée.

### **Voici comment les journalistes peuvent améliorer leur connaissance des communautés autochtones et de leur mode de vie, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur des réserves :**

Apprenez à connaître des Autochtones dans différentes sphères de la vie, à l'extérieur d'un contexte de couverture médiatique. Comme dans tout journalisme, une meilleure relation engendre une plus grande confiance, une plus grande ouverture et une meilleure connaissance du contexte culturel.

Comprenez que les communautés autochtones ne sont pas toutes pareilles. Prenez le temps d'apprendre et de comprendre les différences dans les approches et les traditions des communautés que vous allez couvrir.

Rappelez-vous de l'importance de la nuance et de la sensibilité culturelle lorsque vous traitez avec des gens qui ont l'impression d'avoir perdu leur identité et le contrôle sur leur vie.

Lorsque le traumatisme intergénérationnel est présent, traitez les intervenants avec le soin et la considération adéquate, comme lorsque vous parlez à n'importe quel autre intervenant qui a vécu un traumatisme.

Prenez le temps de bien écouter ce qu'il se dit et évitez d'associer ce que vous croyez entendre avec des idées préconçues.

Utilisez des référents culturels pour offrir du contexte afin de mieux comprendre, plutôt de vous en servir pour véhiculer des stéréotypes.

Gardez en tête que des garanties que vous croyez universelles ne sont peut-être pas en vigueur dans des réserves. Par exemple, la police dans les communautés autochtones est de compétence fédérale et n'est pas régie par les mêmes lois provinciales que les autres corps de police (standards policiers, procédure de traitement des plaintes, mécanismes de surveillance). Il est aussi légalement possible de pratiquer la médecine sans permis dans des réserves.

Visionnez les capsules vidéo présentes sur le site d'En-Tête (<https://sites.google.com/a/journalismforum.ca/en-tete/>) pour encore plus de nuances et de renseignements sur le sujet, abordé lors d'une discussion citoyenne à Edmonton en mai 2016.

Lisez le guide informatif et percutant de Duncan McCue « Reporting in Indigenous Communities » disponible gratuitement en ligne au [www.riic.ca/the-guide](http://www.riic.ca/the-guide) (disponible en anglais seulement).

*Il y a beaucoup de choses à régler dans les réserves et à l'extérieur, de la mauvaise qualité de l'eau à la protection de l'enfance, à l'aide de soutien contre la dépendance et pour la santé mentale. Imaginez si on prenait tout l'argent qui sert à la réponse en cas de crise et qu'on l'utilisait plutôt pour faciliter l'apprentissage entre communautés autochtones, de nation à nation. Imaginez si l'on écoutait les espoirs et les peurs des jeunes et qu'on les aidait à trouver eux-mêmes des solutions sans qu'ils aient recours à l'autoutilisation pour avoir notre attention.*

André Picard, chroniqueur santé,  
Globe and Mail

## ➤ RÉFÉRENCES RAPIDES

**AUTOCHTONE** Avant la colonisation, il n'y avait pas de terme pour définir les différents groupes autochtones qui habitaient le territoire qui représente aujourd'hui le Canada. Les premières classifications générales ont été mises en place pour les usages administratifs des autorités coloniales. Ces termes ont évolué et le processus n'est pas encore terminé.

Évitez les termes tels que « Premières Nations canadiennes », qui peuvent être perçus par certains comme des termes coloniaux et possessifs. Dites plutôt « Premières Nations du Canada ». Utiliser des termes modernes et acceptés permet de démontrer du respect et peut aider les journalistes à trouver des contacts et comprendre les histoires de ces communautés.

**PREMIÈRE NATION/INDIEN** Même si certains Autochtones se définissent comme Indiens, ce terme n'est pas acceptable lorsqu'il est utilisé par d'autres. Seule exception : lorsqu'on fait référence à la Loi sur les Indiens et les termes légaux qui la composent.

Selon la Loi, **les Indiens inscrits** bénéficient de certains droits et privilèges, tandis que **les Indiens non inscrits** ne sont pas admissibles, ne sont pas enregistrés ou ont perdu leur statut d'Indien selon la Loi. **Les Indiens des traités** sont les descendants des peuples appartenant à une Première Nation ou à une bande indienne ayant signé un traité avec la Couronne.

Une bande indienne est une communauté autochtone au profit de laquelle des terres ont été réservées et dont l'argent est détenu par la Couronne. Il existe environ 600 bandes indiennes au Canada. Le terme « Première Nation » peut être utilisé comme un nom ou un adjectif. Lorsqu'on parle de plus d'une bande indienne, utilisez « Premières Nations ». En 2016, l'Enquête nationale des ménages de Statistique Canada a dénombré 977 230 personnes qui s'identifient comme membre d'une Première Nation. Il y avait un total de 1,6 million d'Autochtones au pays, ce qui représente 4,9 % de la population, contre 4,3% en 2011. Des chiffres à jour seront ajoutés sur le site d'En-Tête dès qu'ils seront disponibles.

Le terme « Premières Nations » désigne les Indiens inscrits et non inscrits. Dans une décision unanime en avril 2016, la Cour suprême du Canada a statué que les Indiens non inscrits et les Métis doivent être considérés comme « Indiens » selon la Loi. La Cour a laissé les implications de ce jugement être traitées au cas par cas.

En 2019, le gouvernement fédéral a éliminé les dernières dispositions de la Loi sur les Indiens qui discriminaient les femmes autochtones en restreignant la transmission du statut d'Indien à la lignée masculine. Tous les descendants nés avant le 17 avril 1985 de femmes ayant perdu leur statut d'indien ou s'étant vues retirées des listes de bandes en raison de leur mariage avec un homme non-autochtone, une disposition qui datait d'aussi loin que 1869, sont redevenus admissibles à l'inscription en vertu de la Loi sur les Indiens, les ramenant sur un même pied d'égalité que les descendants d'hommes n'ayant jamais perdu leur statut. On estime que cela concerne entre 270 000 et 450 000 personnes, ce qui a des répercussions importantes sur le financement, la gouvernance et les accords de fiducie des Premières Nations.

**MÉTIS** Initialement, ce terme désignait les descendants des commerçants et trappeurs français de l'ouest canadien et des femmes des Premières Nations. Il représente maintenant tous ceux qui ont une ascendance mixte autochtone et non autochtone et qui choisissent cette identité. En 2003, la Cour suprême du Canada a défini les Métis comme étant ceux qui s'identifient comme tels, qui ont un lien ancestral à la communauté historique métisse et qui sont acceptés par la communauté actuelle en continuité avec la communauté historique. En 2016, 587 545 personnes se sont identifiées comme Métis.

**INUIT** Ce terme (et non celui d'Esquimau, considéré dénigrant) représente les Autochtones qui ne sont ni des Premières Nations ni des Métis et dont le territoire traditionnel se trouve dans le nord du Canada. Ce territoire se nomme l'Inuit Nunangat (une vaste étendue de terre et de mer qui inclut le Nunavut, où près de la moitié des Inuits vivent), Inuvialuit, dans les Territoires du Nord-Ouest et le Yukon, le Nunavik dans le Nord-du-Québec et Nunatsiavut, sur la côte nord du Labrador.

Près du trois quarts des Inuits au Canada vivent dans l'Inuit Nunangat. Soyez conscients que ce terme peut parfois inclure les terres traditionnelles en Alaska et au Groenland, en plus du Canada.

Le terme Inuit désigne un individu, au pluriel, on parlera d'Inuits. Leur langue commune est l'Inuktitut, mais d'autres dialectes locaux sont présents : il s'agit des langues inuites. Il y a huit groupes ethniques principaux parmi les Inuits du Canada, qui étaient au nombre de 65 030 en 2016.

Puisque le terme inuit veut dire « peuple », il est redondant d'écrire ou de parler du « peuple inuit ». Les Inuits préfèrent, de façon générale, être appelés tout simplement « Inuits ».

Il ne faut pas confondre les Inuits avec les Innus, une nation de langue algonquine qui vit principalement dans le nord-est du Québec et dans le sud du Labrador.



**CROISSANCE DE LA POPULATION** La population autochtone du Canada augmente quatre fois plus rapidement que la population non-autochtone. Cela est dû à la fois à la croissance naturelle et à l'augmentation du nombre de personnes s'identifiant comme Autochtones sur les formulaires de recensement. Les enfants de moins de 15 ans représentent 26,8% de la population autochtone, contre 16,4% pour les non-autochtones.

**RÉSERVES** La plupart des Autochtones du Canada ne vivent pas dans des réserves. Une majorité des Premières Nations, peu importe leur statut, vivent en dehors des réserves. Très peu de Métis et d'Inuits ont déjà vécu dans une réserve.

Les soins de santé et de services sociaux dans la majorité des réserves sont fournis par le gouvernement fédéral (en Colombie-Britannique, ils sont fournis par l'Autorité de santé des Premières Nations, par le biais d'une entente d'autonomie gouvernementale). Les systèmes provinciaux, qui couvrent une grande partie des Canadiens, ne s'appliquent pas. En janvier 2016, le Tribunal canadien des droits de la personne statuait que les enfants des Premières Nations étaient victimes de discrimination délibérée, en raison notamment d'un manque de financement. Les programmes fédéraux dans les réserves reçoivent en effet beaucoup moins de financement que les programmes équivalents à l'extérieur des réserves. Les ressources en santé mentale, déjà limitées dans plusieurs endroits au pays, pourraient l'être encore plus dans ces circonstances. La plupart des réserves ont une petite population, ce qui rend la vie privée dans des contextes médicaux, incluant la santé mentale, plus difficile. Cela peut compliquer les reportages et la couverture de ces cas.

**PENSIONNATS AUTOCHTONES** Le système de pensionnat autochtone au Canada avait pour but de convertir les enfants autochtones au christianisme et de les assimiler à la culture canado-européenne. Le système a été mis en place à la fin du 19<sup>e</sup> siècle ; le dernier pensionnat autochtone a fermé ses portes en 1996.

Au total, il y avait 130 pensionnats financés par le gouvernement fédéral et gérés par les autorités religieuses dans toutes les provinces, à l'exception de Terre-Neuve, l'Île-du-Prince-Édouard et le Nouveau-Brunswick.

Environ 150 000 enfants autochtones ont été arrachés à leur famille et la plupart fréquentait le pensionnat durant 10 mois par année ou plus. Ils étaient forcés de parler seulement anglais ou français et étaient punis sévèrement lorsqu'ils parlaient leur langue autochtone ou prenaient part à des traditions autochtones. Il y a eu plusieurs cas d'abus sexuels.

En 2007, le gouvernement fédéral a créé une enveloppe de 1,9 milliard de dollars pour indemniser les victimes de ce système.

Pour plus de détails, nous vous recommandons « Pensionnats autochtones : un génocide culturel », sur le site web de Radio-Canada.

**LA RAFLE DES ANNÉES 60** Malgré la fermeture graduelle des pensionnats autochtones à partir des années 1950 et 60, la politique officielle du gouvernement soulignait que l'assimilation à travers l'éducation était dans l'intérêt des enfants autochtones. Environ 20 000 enfants, incluant des nouveau-nés, ont été arrachés à leurs parents. Ces enfants ont été adoptés par des familles d'accueil blanches du Canada, des États-Unis et de l'Europe et éduqués dans le système scolaire public.

Les enfants autochtones étaient 4,5 fois plus susceptibles d'être pris en charge et placés que la norme. Le terme « Sixties Scoop », souvent traduit par « Rafle des années 60 », a été inventé par Patrick Johnson dans un reportage de 1983, intitulé *Native Children and the Child Welfare System*.

**TRAUMATISME INTERGÉNÉRATIONNEL** Ce terme fait référence aux conséquences, sur plusieurs générations, des politiques d'assimilation agressives, notamment celles des pensionnats autochtones et de la Rafle des années 60. Ces

conséquences peuvent être psychologiques et pratiques, touchant le bien-être et la santé, tout en renforçant des problèmes sociaux. Par exemple, la difficulté d'élever des enfants dans des communautés qui ont peu d'expérience d'une vie familiale normale pourrait être l'une de ces conséquences pratiques.

Il faut bien comprendre que ce terme n'implique pas des prédispositions génétiques pour des problèmes de santé mentale chez les Autochtones. Il n'y a aucune preuve scientifique d'une telle prédisposition.

## ➤ AIDE-MÉMOIRE POUR DE MEILLEURES PRATIQUES

- ✓ **Apprenez à connaître des Autochtones ;**
- ✓ **Reconnaissez la diversité entre les communautés autochtones ;**
- ✓ **Évitez des schémas narratifs stéréotypés et des présomptions;**
- ✓ **Concentrez-vous sur les problèmes systémiques sous-jacents;**
- ✓ **Reconnaissez les conséquences du traumatisme intergénérationnel;**
- ✓ **Reconnaissez l'importance de la culture traditionnelle dans l'autodétermination et la résilience émotionnelle.**