

LES JEUNES ET LEUR SANTÉ MENTALE

Les jeunes aux prises avec de graves problèmes de santé mentale sont extrêmement vulnérables, ce qui en font un sujet à la fois intéressant du point de vue journalistique mais également un sujet à traiter avec doigté.

Nos sociétés démocratiques se sont dotées d'obligations envers les plus vulnérables d'entre nous. Les journalistes participent à la démocratie en contribuant à la libre circulation de l'information, et en s'intéressant à ce qui va mal, et en dénonçant publiquement les personnes responsables. En tant que journalistes, nous ne pouvons éthiquement invoquer les principes démocratiques pour justifier notre travail si, du même souffle, nous ignorons les besoins des personnes vulnérables qui font l'objet de nos reportages. Un principe de base d'un journalisme responsable est de chercher à minimiser les dommages. Lorsque nous couvrons des enjeux aussi délicats que celui-ci, nous devons donc adapter notre approche et nos façons de faire, afin de remplir notre devoir de manière responsable.

Une pratique journalistique constructive, efficace et rigoureuse peut permettre d'atteindre ces objectifs. Nos reportages peuvent parfois être déroutants, voire spectaculaires, mais cet aspect « spectacle » a sa place et son utilité dans un journalisme sérieux, qui se penche sur des problèmes complexes, évoque des solutions, et lorsque nécessaire, identifie des responsables. Sans cela, cet aspect « spectacle » n'est toutefois rien de plus que de la « pornographie de la souffrance ».

Le Canada se classe au troisième rang des pays industrialisés en ce qui a trait au taux de suicide chez les jeunes. Bien que le suicide ne soit pas le résultat inévitable de problèmes de santé mentale, il en est tout de même un puissant indicateur.

Lorsque nous parlons des jeunes, nous devons tenir compte de la vulnérabilité qui accompagne le stade de développement dans lequel ils se trouvent, nous devons tenir compte de leur développement cérébral, des réalités complexes dans lesquelles ils évoluent.

Dr. Joanna Henderson,
CAMH et Université de
Toronto; directrice générale,
Youth Wellness Hubs, Ontario

Le stress et l'anxiété chez les jeunes ont augmenté de façon exponentielle dans la dernière décennie. À l'âge de 18 ans, 20% des jeunes canadiens auront éprouvé des problèmes de santé mentale; moins du tiers d'entre eux aura eu accès ou aura utilisé des services appropriés.

Les journalistes affectés aux affaires générales seront vraisemblablement, un jour ou l'autre, et sans préparation, appelés à travailler sur des histoires impliquant des jeunes ayant des problèmes de santé mentale. Une meilleure compréhension du contexte leur permettra de travailler plus efficacement et plus rapidement, tout en évitant d'aggraver les choses pour les sujets de leurs reportages, et pour les autres souffrant des mêmes problèmes de santé mentale. Un travail journalistique bien documenté contribuera également à éviter les généralisations auprès des lecteurs et du public en général. La première impression compte aussi dans les histoires que nous produisons.

Ce guide étant principalement destiné à ces journalistes, que l'on pourrait qualifier de « premiers répondants », nous nous sommes concentrés sur des histoires mettant en scène des jeunes ayant des problèmes de santé mentale comme on peut en retrouver au Canada. Toutefois, les journalistes se doivent d'observer le même respect des droits et de la dignité des enfants, des jeunes et des adultes, où qu'ils se trouvent dans le monde. Les journalistes œuvrant dans les domaines de la santé, du grand reportage ou de l'enquête, ou encore les journalistes affectés aux affaires générales souhaitant approfondir leur compréhension de ces enjeux trouveront des informations plus détaillées et des ressources supplémentaires sur le site d'En-tête.

70% des problèmes de santé mentale diagnostiqués le sont durant l'enfance et l'adolescence, une période où le développement du cerveau plonge certaines personnes dans un état de vulnérabilité et de confusion face aux messages ambigus de la société.

Les problèmes sociaux, financiers et identitaires s'ajoutent à la tourmente mentale à laquelle les adolescents d'aujourd'hui

Les jeunes veulent se faire entendre, ils veulent parler. Nous ne savons juste pas quand et comment.

Loizza Aquino, 19 ans,
activiste en santé mentale.

sont confrontés. Grandir n'a jamais été facile, mais les enfants d'aujourd'hui doivent apprendre à manœuvrer dans un monde plus déroutant que jamais.

AUTODÉTERMINATION ET CONSENTEMENT

Les journalistes devraient inclure la voix des enfants et des jeunes dans leurs reportages, en adaptant leurs techniques d'approche et d'entrevue en conséquence. Entendre les jeunes parler de leur propre voix rend les reportages encore plus puissants et convaincants. Et de savoir qu'ils sont «entendus» peut aider ces jeunes à diminuer leurs frustrations et leur détresse émotionnelle.

Par ailleurs, il ne faut pas minimiser l'état de vulnérabilité. Lorsque le temps le permet, n'hésitez pas à consulter des experts en santé mentale au sujet de vos choix d'entrevues. Dans tous les cas, l'obtention d'un consentement éclairé est importante, particulièrement lorsque la publication d'un reportage pourrait entraîner des conséquences négatives.

C'est à vous de juger si les circonstances justifient d'obtenir le consentement des parents avant d'interroger un adolescent. Il n'y a pas d'obligation légale au Canada en ce sens. Les lignes directrices dans la pratique médicale ou encore dans le domaine de la recherche universitaire recommandent d'obtenir le consentement des parents avant d'interroger un mineur. Cela ne tient toutefois pas compte de la réalité du journalisme au quotidien ou de la mission d'intérêt public du journalisme. Les journalistes doivent néanmoins agir de façon éthique, en veillant à minimiser les conséquences négatives de leur travail.

Ce dilemme est bien représenté dans les normes journalistiques de Radio-Canada: « Les enfants et les jeunes n'ont pas nécessairement l'expérience requise pour jauger adéquatement les conséquences de la publication de leurs propos. Ils bénéficient néanmoins de la liberté d'expression et du droit à l'information. Leurs réalités et leurs préoccupations ne peuvent être reflétées concrètement s'ils ne s'expriment pas dans nos reportages. »

Certains parents pourraient interdire une entrevue avec leur enfant pour des motifs contraires à son intérêt. Il peut aussi être très frustrant pour une jeune de se faire dire qu'il ne peut pas s'exprimer sans le consentement de quelqu'un d'autre. Dans certains cas plus difficiles, la solution peut être de réaliser l'entrevue avec un jeune sans le consentement de ses parents, pour ensuite masquer son identité dans le reportage.

Lorsqu'un mineur vous donne son consentement pour être interviewé et identifié dans un reportage, il est important de lui expliquer que certaines de ses déclarations seront publiées ou diffusées, et d'autres non. Il est important également de lui expliquer que d'autres personnes pourraient prendre part à votre reportage, et que leurs déclarations pourraient corroborer ou encore infirmer ses propres déclarations.

Il faut garder en tête que le consentement éclairé repose sur la compréhension qu'a une personne des conséquences de ses gestes. Cela requiert, par définition, la capacité à anticiper et à mesurer des résultats à venir dans le futur. Le lobe frontal étant encore en développement chez les enfants, les adolescents et même les jeunes adultes (particulièrement les garçons), il leur est très difficile, voire même impossible, de prévoir et de comprendre la portée de leurs actions. Dans un monde où ce qui est rapporté est plus accessible et mémorisé que jamais, les journalistes ont le devoir moral de protéger l'identité de mineurs dont les témoignages ou les aveux pourraient avoir des conséquences néfastes sur leur vie dans le futur.

Une certaine forme de « partage du pouvoir » avec votre interviewé peut permettre de bâtir une relation de confiance, et ainsi servir l'intérêt public et celui de ce jeune. Avec l'accord de vos supérieurs, vous pouvez décider d'assouplir la règle qui veut que les personnes interrogées ne peuvent lire ou approuver un texte avant sa diffusion. Lorsqu'un jeune interviewé est traumatisé ou bouleversé, le journaliste pourrait décider de lui faire lire une ébauche du texte dans le but de s'assurer de l'exactitude des faits, tout en lui expliquant qu'il ne dispose pas d'un veto sur la façon dont l'histoire

Appréhendez la situation avec un esprit ouvert et un engagement réel à comprendre ce qui sera utile dans le contexte, étant donné les risques et les avantages potentiels.

dr Joanna Henderson, CAMH
et Université de Toronto;
directrice générale, Youth
Wellness Hubs Ontario

est racontée. Évidemment, ce genre de décision se prendra au cas par cas. Consultez le site internet d'En-Tête pour davantage d'information sur ces enjeux importants.

TECHNIQUES D'ENTREVUE

Les meilleures pratiques en journalisme recommandent déjà d'adapter ses techniques d'entrevue lorsqu'on fait face à une personne traumatisée ou vulnérable. Ce faisant, on s'assure de meilleurs résultats et on minimise les risques de conséquences négatives.

Il ne faut jamais oublier que chaque histoire est unique pour les personnes qui la vivent, même si elles peuvent parfois vous sembler similaires à d'autres histoires que vous avez déjà couvertes dans le passé. Éviter d'écrire une histoire stéréotypée commence par reconnaître l'individualité des personnes qui vous aident à la comprendre et à la transmettre, surtout si ce sont des enfants.

Un jeune qui est approché pour donner une entrevue ne devrait jamais être l'objet de pressions pour accepter. Un journaliste qui explique le bien-fondé et l'importance d'une entrevue, et qui laisse ensuite au jeune le droit de décider s'il accepte ou non de la donner bâtit une relation de confiance. Si le consentement est donné, le journaliste peut proposer de mener l'entrevue dans un lieu calme, situé à proximité, tout en soulignant à l'interviewé qu'il peut refuser de répondre à toute question le mettant mal à l'aise.

L'entrevue devrait débiter par une mise en garde, précisant au sujet qu'il ne verra pas le reportage avant publication ou diffusion, ou encore précisant quelles sont les conditions selon lesquelles il pourrait y avoir accès. Ce souci de transparence pourrait compromettre la tenue de l'entrevue, mais c'est un risque à prendre, vue la naïveté et la vulnérabilité des jeunes en pareilles

C'est leur histoire, pas la nôtre. Nous devons écouter davantage et poser moins de questions, être moins directif, parce que ces jeunes réfléchissent, sont puissants et perspicaces. Ils ne savent pas toujours de quoi ils ont besoin, mais ils savent qu'ils ont besoin que quelque chose et ils demandent de l'aide. Et je crois que si nous commençons à nous percevoir comme un porte-voix de leurs besoins, exigeant des comptes, des réponses et des services, cela va nécessairement changer notre façon de travailler.

Karen Pauls,
reporter nationale, CBC News

circonstances. Pour davantage de réflexions et d'informations sur le sujet, visitez le site d'En-Tête.

L'entrevue devrait être menée par le biais de questions ouvertes, qui permettront de faire avancer l'histoire, sans « réponse attendue » ou encore de réponse par « oui » ou par « non ». Dans le cas d'entrevues réalisées pour la télévision ou la radio, où la concision est de rigueur, il est parfois préférable de laisser l'interviewé raconter l'histoire à sa façon, pour ensuite lui demander de résumer sa pensée sur certains points précis, toujours dans ses propres mots. La règle qui veut que le premier jet soit toujours le meilleur ne s'applique pas nécessairement lorsqu'on se retrouve devant un jeune qui peut ressentir une forme de pression. Si les circonstances commandent une longue entrevue, prévoyez des pauses pour permettre à votre interviewé de se reposer.

Dans tout cela, n'oubliez pas que vous êtes un journaliste, et non un travailleur social. Vous ne devriez jamais tenter de régler vous-même les problèmes d'une personne participant à un de vos reportages. Si vous avez des inquiétudes, n'hésitez pas à contacter les autorités concernées et laissez-les s'occuper de ces problèmes.

ATTENTION À LA BANALISATION

Aussi sérieuses qu'elles puissent sembler certaines situations pour les jeunes, il est contreproductif que des reportages dépeignent les jeunes comme ayant tous de graves problèmes de santé mentale. Lorsque des situations de stress normales sont traitées de la même façon que des problèmes beaucoup plus graves, les jeunes peuvent avoir plus de mal à demander l'aide dont ils ont besoin, estimant que si tout le monde est dans le même bateau, ils devraient être capables de gérer leurs problèmes seuls. Les journalistes doivent reconnaître que l'exagération peut être aussi dommageable que l'indifférence. Dans le doute, n'hésitez pas à consulter des spécialistes en santé mentale afin de pouvoir remettre en contexte les histoires qui vous sont confiées.

ÉVITEZ DE COLPORTER DES CLICHÉS

Lorsque nous rendons compte de la réalité des jeunes et de leur santé mentale, nous devons éviter de colporter des clichés. Par exemple, on identifie souvent les réseaux sociaux comme contribuant aux problèmes de santé mentale des jeunes. Pourtant, des recherches scientifiques ont démontré que les réseaux sociaux pouvaient avoir à la fois des impacts positifs et négatifs sur les jeunes, la fréquence et la qualité des échanges étant des facteurs plus importants que le temps d'écran total. De la même façon, le fait de jouer à des jeux vidéo en ligne est souvent associé avec le développement d'un caractère asocial, mais aussi avec l'amélioration des capacités de concentration. Vous pouvez consulter le site internet d'En-Tête pour découvrir les plus récentes recherches en la matière.

LES PHOTOGRAPHIES ET L'IDENTIFICATION DES PERSONNES

Il y a certaines circonstances où il est pratiquement impossible d'obtenir un consentement avant de prendre des photos d'enfants ou de jeunes, par exemple, dans le triste cas d'une fusillade dans une école, où les enfants sont évacués les mains en l'air. Un autre exemple est celui de jeunes participants à une manifestation. Il devrait toutefois aller de soi d'obtenir le consentement dans des situations moins explosives, particulièrement lorsque des enjeux de santé mentale sont présents.

Par ailleurs, le fait d'utiliser des photos publiées sur les réseaux sociaux d'une personne mineure peut avoir des conséquences légales, à moins d'avoir obtenu une autorisation et que la source soit clairement identifiée. Une exception à ce principe serait l'utilisation d'une photo de lui-même, publiée par un mineur, avec un accès public, mais la prudence demeure de mise.

L'utilisation de la photo d'une personne mineure, publiée par un tiers, même en mode public, ne devrait être fait qu'en mesurant consciencieusement les conséquences possibles pour le sujet. Les photographies publiées dans des circonstances impliquant de

Les enfants ne naissent pas résilients. La résilience est une qualité qui se développe dans le temps, lorsque nous vivons des difficultés, lorsque nous les surmontons et lorsque nous réalisons qui sont nos amis, vers qui on peut se tourner en cas de difficultés.

Ainsley Krone, protectrice adjointe des enfants et des jeunes du Manitoba

l'intimidation ne devraient pas être utilisées, à moins que la victime soit hors de danger, et que la photo ait une réelle valeur dissuasive.

La publication de la photo d'un mineur peut, dans certaines circonstances, être interdite en vertu de la Loi sur le système de justice pénale pour les adolescents (LSJPA), le Code criminel, ou encore certaines lois provinciales ou territoriales. La cour peut également émettre des interdictions visant l'identification de personnes impliquées dans des causes civiles.

La Loi sur le système de justice pénale pour les adolescents (LSJPA) interdit par ailleurs l'identification des jeunes témoins ou victimes d'un crime ayant été présumément commis par une personne de moins de 18 ans, et cette interdiction inclut l'auteur présumé du crime. Il peut toutefois être possible de publier la photo d'une personne mineure décédée, ayant été témoin ou victime d'un crime, et ceci avec l'autorisation de ses parents. Évidemment, dans ce type de situation, nous vous conseillons de faire les vérifications légales qui s'imposent.

RÉSILIENCE ET ESPOIR

Les histoires mettant l'accent sur la résilience et l'espoir sont une partie importante de la couverture des enjeux de santé mentale chez les jeunes. Témoigner des étapes vers la résolution d'un problème est aussi important que de parler du problème en lui-même. De tels développements et initiatives importantes se doivent d'être rapportés, et remis en contexte, tout en tenant compte de la perspective des jeunes impliqués.

Les jeunes qui vivent des difficultés découvrent généralement des façons de passer au travers, seul ou avec de l'aide. Les journalistes peuvent les aider en parlant de cette résilience lorsqu'ils partagent leurs histoires, tout en évitant de culpabiliser ceux qui ne sont pas encore arrivés à surmonter leurs problèmes. Ajouter des informations au sujet de ressources pouvant venir en aide aux lecteurs se sentant dépassés ou même suicidaires fait partie des bonnes pratiques en journalisme.

SUICIDES EN SÉRIE

Si le thème du suicide ou du risque de suicide fait partie d'un de vos reportages, nous vous référons au chapitre de ce guide consacré à ce sujet. Soyez conscients des différences entre la « contagion suicidaire » et les « suicides en grappes ». Les « suicides en grappes », qui sont potentiellement plus fréquents parmi les jeunes, impliquent que les personnes concernées se connaissent déjà au moment d'un premier suicide, ou de la première tentative de suicide. Les membres de ces groupes, qu'ils se connaissent en personne, ou simplement via un réseau social, partagent souvent une vulnérabilité commune.

La « contagion suicidaire », quant à elle, comprend les suicides par imitation, parmi des personnes n'ayant aucun lien avant l'événement déclencheur. Ces personnes ont vraisemblablement entendu parler d'un premier suicide via les informations, les réseaux sociaux, ou encore par la bouche à oreille. Vous trouverez davantage de pistes de réflexion sur la question dans le chapitre de ce guide consacré au suicide.

Les membres d'un groupe au sein duquel peuvent survenir des suicides en grappes n'ont habituellement pas besoin des médias pour découvrir qu'un premier suicide a eu lieu. Toutefois, le risque de contagion suicidaire à l'extérieur de ce groupe est bien réel, il faut donc éviter de présenter ce suicide comme une solution à un problème, ni donner des détails sur la méthode utilisée par la personne pour mettre fin à ses jours.

JEUNES AUTOCHTONES

Si votre reportage concerne les jeunes autochtones, nous vous suggérons fortement de lire le chapitre 8 de ce guide, intitulé « LA SANTÉ MENTALE CHEZ LES PEUPLES AUTOCHTONES DU CANADA ». Nous nous y attaquons aux stéréotypes sur la question et proposons des pistes de réflexion sur la disproportion de maladie mentale observée chez les populations autochtones par rapport au reste de la population canadienne.

JOURNALISME D'ENQUÊTE

La volonté de mettre en lumière les problèmes ou les abus, et de dénoncer les personnes ou les institutions responsables a toujours eu sa place en journalisme. En enquêtant sur la maladie mentale chez les jeunes, l'équilibre entre l'intérêt public et la vie privée doit être préservé. Les règles et normes censées protéger les jeunes ne devraient jamais servir à contrecarrer ou interdire ce type de travail d'enquête. De leur côté, les journalistes devraient toujours tenter de minimiser au maximum les dommages collatéraux de leur travail, sans quoi leur reportage n'atteindra pas son but.

➤ QUOI FAIRE ET NE PAS FAIRE

- ✓ **Agissez** de façon éthique, en minimisant le plus possible les conséquences liées à votre travail, tout en demeurant intègre face à votre rôle de journaliste.
- ✓ **Incluez** la voix des enfants, des adolescents et des jeunes adultes dans les reportages portant sur eux.
- ✓ **Consultez** les professionnels appropriés afin de mieux connaître le contexte et le sens de l'histoire que vous voulez raconter.
- ✓ **Expliquez** clairement pourquoi une entrevue est nécessaire et comment elle sera utilisée. Rappelez également clairement à un jeune son droit de décliner une demande d'entrevue.
- ✓ **Tenez** compte de la vulnérabilité des jeunes, inhérente à leur stade de développement cérébral.
- ✓ **Discutez** avec les jeunes que vous interviewez des conséquences possibles de cette entrevue.
- ✓ **Obtenez** l'autorisation des parents lorsque nécessaire, et si les circonstances le permettent.
- ✓ **Adaptez** vos techniques d'entrevue aux circonstances, en préconisant les questions ouvertes.
- ✓ **Tenez** compte de l'âge de la personne lorsque vous menez une entrevue, et prévoyez des pauses si nécessaire.
- ✓ **Assouplissez** les règles éditoriales si nécessaire, en permettant au jeune de lire votre reportage, ou certaines portions de celui-ci, avant publication.
- ✓ **Incluez** des notions d'espoir et de résilience dans votre reportage, mettez en valeur les actions concrètes entreprises pour atténuer les problèmes, et mentionnez les ressources disponibles pour les jeunes en crise.

➤ QUOI FAIRE ET NE PAS FAIRE

- ✓ **Exercer** une pression sur un jeune afin qu'il vous accorde une entrevue.
- ✓ **Concentrer** votre reportage sur les seuls aspects spectaculaires de l'histoire. La « pornographie de la souffrance » disparaît lorsque les journalistes creusent davantage leurs histoires.
- ✓ **Bâtir** vos reportages de façon stéréotypée.
- ✓ **Se fier** à des idées préconçues au sujet de l'influence des médias sociaux, des jeux vidéo, des enjeux sociaux, financier, ou de genre. Allez chercher les faits.
- ✓ **Exagérer** des problèmes mineurs, ce qui aurait pour effet de pousser certains jeunes à penser qu'ils devraient régler leurs problèmes par eux-mêmes, leur laissant croire qu'être en détresse émotionnelle est normal.
- ✓ **Franchir** la limite entre le travail journalistique et le travail social, en intervenant directement dans une situation.
- ✓ **Céder** le contrôle éditorial à des professionnels ou des organisations consultés dans le cadre de votre reportage.
- ✓ **Rompre**, dans certaines circonstances, l'obligation légale de protéger l'identité de mineurs, incluant des témoins.