fasd NL

Neurodivergence et Stigmatisation

Qu'est-ce que le trouble du spectre de l'alcoolisation foetale (TSAF) ?

Le trouble du spectre de l'alcoolisation foetale (TSAF) est un ***trouble neurodéveloppemental*** qui résulte de ***l'exposition prénatale à l'alcool***. Le TSAF est une ***invalidité permanente*** qui a des impacts sur le cerveau et le corps de chaque individu de manière différente, selon ***le moment*** de la consommation d'alcool pendant la grossesse et ***la quantité*** consommée. Le TSAF est donc un diagnostic de spectre.

Qu'est-ce que la neurodivergence ?

Le terme «**neurodivergent**» décrit les personnes dont ***le cerveau opère différemment*** de la population moyenne. Cela signifie qu'elles ont des forces et des défis uniques en comparaison aux personnes dont le cerveau n'a pas ces différences.

Stigmatisation

La stigmatisation correspond aux croyances ***négatives*** et ***souvent injustes*** que la société ou qu'un groupe de personnes ont à propos de quelque chose. Les stéréotypes, la discrimination et les préjugés sont des exemples de stigmatisation.

Un niveau accru de stigmatisation entoure ***les personnes qui consomment des substances ou de l'alcool pendant leur grossesse***. Lorsque les personnes consomment de l'alcool pendant leur grossesse, elles sont soumises aux jugements de la part des prestataires de services. Cela cause un sentiment d'embarras, un faible estime de soi et une peur de perdre son enfant. Ce ***jugement*** ignore les facteurs sociétaux et culturels qui influencent la consommation de substances dans toutes les populations. Ce jugement peut aussi empêcher des personnes de chercher de l'aide. La stigmatisation peut aussi être vécue par des individus ayant un diagnostic de TSAF et par leurs donneurs de soins, car le TSAF est souvent considéré comme une conséquence évitable.

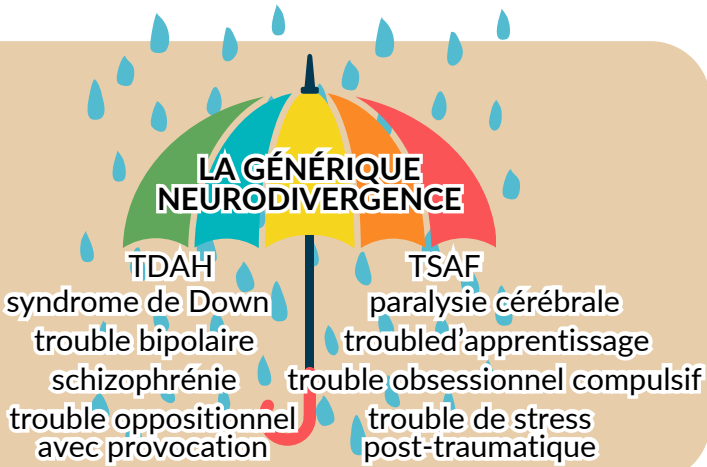
Décortiquer la stigmatisation

La stigmatisation a des répercussions importantes sur les procédures de traitement, la compréhension du public, les politiques et la législation concernant les personnes perçues comme étant différentes, comme celles qui consomment de l'alcool pendant la grossesse ou les personnes atteintes de troubles neurodivergents. Les personnes confrontées à la stigmatisation ont souvent du mal à «sortir de l'ombre» et à demander de l'aide en raison du risque de jugement. La stigmatisation ou l'attende d'être traité différemment peut empêcher les personnes de chercher des traitements et du soutien qui pourraient améliorer leur qualité de vie. Plusieurs individus neurodivergents peuvent également avoir des problémes

de santé mentale ou d'autres problémes, ce qui ajoute un niveau supplémentaire de stigmatisation. Puisque la stigmatisation peut avoir des impacts sur l'accès aux soins de santé et de soutien, il est important de reconnaître les effets de la stigmatisation sur l'individu et son parcours de vie.

La générique neurodivergence

Neurodivergence est un terme ***générique*** qui englobe une variété de diagnostics, incluant le TSAF, le TDAH, l'autisme, le syndrome de Down, la paralysie cérébrale, le syndrome de Gilles de la Tourette, la dyslexie, les troubles de personnalité ou dissociatif, et bien d'autres, dont la ***plupart sont stigmatisés***.



Les perceptions de la différence

Les individus qui sont neurodivergents peuvent parfois être ***perçus comme étant moins intelligents*** en raison de leurs forces et défis ***divergents*** de ce qui est perçu comme "***normal***", surtout dans les écoles ou les milieux de travail. Par exemple, les individus avec des troubles de personnalité qui vivent des psychoses peuvent être désignés par des termes péjoratifs comme « psychopathe », « fou » ou « cinglé ». Malgré ces perceptions stigmatisées qui peuvent être internalisées, les individus neurodivergents sont tout aussi capables que n'importe qui d'autre, voire plus, surtout si des soutiens et des services basés sur les besoins sont en place.

Promouvoir l'acceptation et l'humilité

La stigmatisation et le jugement peuvent être minimisés lorsque nous ***encourageons l'acceptation du TSAF, des autres diagnostics neurodivergents et des handicaps physiques***, quelle que soit leur visibilité. Lorsque nous encourageons l'acceptation, nous envoyons le message que tout le monde mérite d'être traité avec respect et humilité. L'acceptation aide à dissiper la stigmatisation et les barrières qui peuvent empêcher les individus d'accéder au soutien dont ils ont besoin pour s'épanouir. Nous sommes tous uniques et différents à notre manière, et cela doit être célébré !

Pourquoi devrions-nous changer notre langage ?

Les mots de la colonne de gauche placent le diagnostic avant la personne, en supposant qu'il existe une « normalité » et que les personnes ayant des handicaps n'en font pas partie. La colonne de droite place la personne avant le diagnostic. Le langage utilisé dans la colonne de droite reconnaît que tout le monde est différent et a des forces et des défis uniques, quelle que soit la composition de son cerveau. Changer notre langage peut aider à changer notre perspective en matière de pensée basée sur les déficits ou les troubles, par rapport à la pensée basée sur les forces. Changer la façon dont nous parlons des autres peut aider à dissiper la stigmatisation, ce qui montre aux individus qui font partie de ces groupes que nous les soutenons, que nous ne les définissons pas et que nous ne les jugeons pas en fonction d'une partie d'eux-mêmes qui ne peut pas être changée.

Guide de langage

Évitez de dire	À la place, essayez de dire
Souffre du TSAF / souffre de l'autisme	Individu atteint du TSAF/individu atteint de l'autisme
Mauvais parent	Parent
Drogué / alcoolique / toxicomane	Personne qui utilise des substances ou personne avec un trouble lié à l'usage de substances
Ne peut pas faire ...	Peut avoir besoin de soutien avec ...
Différent de la normale	Forces uniques

Ces répliques utilisent un langage qui peut être accusateur ou stigmatisant, et attribuent une étiquette négative à une personne en fonction de sa perception.

Ces répliques utilisent un langage axé sur la personne, celles-ci sont donc centrées sur l'individu avant sa condition ou avant son diagnostic, celles-ci se concentrent sur les forces.

Suivez l'exemple d'une personne ayant un handicap qui se réfère à elle-même et reconnaissez que certains termes sont appropriés selon que vous faites partie ou non de cette communauté.

Accepter et célébrer les forces

Célébrer la neurodivergence encourage la diversité et les différentes façons de penser. ***Les individus neurodivergents ont plusieurs forces*** et des perspectives différentes qui peuvent être grandement bénéfiques. Accepter et célébrer les forces des individus les encourage à être authentiques et à voir leur valeur. Plusieurs personnes neurodivergentes ont des forces incroyables en mathématiques, en musique, en art, en sciences, en ingénierie, et bien plus encore. Accepter et promouvoir ces forces aide à créer une société plus inclusive et diversifiée qui bénéficie à tout le monde !

Scannez le code QR pour découvrir plus de ressources comme celle-ci.