

LES ESSENTIELS DE LA CONVERSATION FÉMINISTE SUR LA SANTÉ MENTALE

AVEC JULIENNE ZONGO ET STELLA TIENDREBEOGO

Le 19 janvier 2023, nous recevions Stella Tiendrebeogo, psychologue féministe exerçant à Paris, et Julienne Zongo, militante engagée pour les droits des femmes et des filles souffrant de maladies mentales au Burkina Faso.

Dans les conversations précédentes, nous avons pu voir comment le patriarcat influence les conceptions et pratiques médicales, mais aussi comment les pathologies sont impactées par les déterminants sociaux de la santé, dont le genre. La santé mentale n'échappe pas à ce constat. A partir des combats et expériences de nos deux invitées, nous avons exploré les enjeux que soulève une approche féministe de la santé mentale, mais aussi les éclairages et espoirs que représente le féminisme pour une meilleure santé mentale des femmes et des minorités, en France comme au Burkina Faso.

1-LE POIDS DU PATRIARCAT SUR LA SANTÉ MENTALE DES FEMMES

On peut définir le Patriarcat comme une forme d'organisation sociale dans laquelle les hommes détiennent le pouvoir dans les sphères publiques comme privées (domaine politique, économique, religieux, familial). La domination masculine s'y exerce au détriment des femmes (et du féminin) et, de manière générale, de toutes les personnes ne correspondant pas aux normes genrées binaires.

Julienne Zongo est une activiste féministe, engagée depuis 23 ans dans le développement communautaire et le monde associatif pour la promotion des droits humains des femmes et des filles. Elle est l'actuelle présidente du Conseil d'Administration de l'Association Sœurs pour Sœurs Tond La TAABA qui œuvre pour les droits des femmes et des filles souffrant de maladies mentales au Burkina Faso.

Stella Tiendrebeogo est psychologue et sexologue. Elle est basée à Paris. Stella porte une approche intersectionnelle, en prenant en compte le vécu lié à l'identité de chacun·e de ses patient·e·s. Elle est engagée pour les causes féministes et anti-racistes, notamment pour un meilleur suivi psychologique des personnes noires, racisées et afro-descendantes.

Le cycle « Féminismes et santé » consiste en une série de rencontres - en France, à Ouagadougou et à Dakar - avec des invité·e·s de profils et de pays différents, portant des points de vue pluridisciplinaires. A travers ce cycle, il s'agit de mieux s'imprégner des nombreux apports féministes en matière de santé et d'en discuter les implications en termes de pratiques tout comme de politiques et ce dans différentes aires géographiques.

C'est un système d'organisation sociale où le masculin incarne à la fois le supérieur et l'universel. Au féminin et aux femmes, à l'inverse, sont associés des stéréotypes négatifs, d'infériorité, de sexualisation, et des injonctions comme le mariage, les charges domestiques, etc.

“ La femme subit des oppressions, des inégalités et des violences toute au long de sa vie : c'est la porte ouverte à des éléments déclencheurs de troubles mentaux. ”

Julienne Zongo

Sans surprise, ce système et les inégalités et violences qui le composent pèsent sur la santé mentale des femmes. Un exemple concret : les droits sexuels et reproductifs. Une étude publiée le 28 décembre 2022 dans la revue JAMA Psychiatry, révèle que le taux de suicide chez les femmes en âge de procréer augmente significativement lorsque l'accès à l'IVG est restreint ou aboli. La santé mentale des femmes repose notamment sur leur accès aux droits humains, ce pour quoi le féminisme lutte.

“ Si ces droits sont niés, les libertés fondamentales sont atteintes. Supprimer ces droits, c'est toucher à l'intégrité physique et psychique des individus. ”

Stella Tiendrebeogo

Stella Tiendrebeogo donne au Patriarcat une définition plus intersectionnelle, sous la forme d'une hiérarchie des personnes selon le pouvoir qu'elles détiennent. Les hommes blancs sont en haut et les femmes noires que Stella accompagne sont en bas de l'échelle patriarcale. L'impact du système patriarcal sur la santé mentale de ces dernières doit alors se lire à l'intersection du sexisme et du racisme.

De même, les femmes atteintes de troubles mentaux cumulent les oppressions, en plus d'une possible vulnérabilité aux violences sexistes et sexuelles.

L'association de Julienne Zongo, Sœurs pour Sœurs Tond La TAABA, est née pour défendre les droits de ces femmes au Burkina Faso, lorsque celles-ci sont dans l'incapacité de le faire elles-mêmes du fait de leurs maladies mentales.

2-DE “LA FEMME FORTE” À “LA FEMME ÉMOTIONNELLE”, DES STÉRÉOTYPES NÉFASTES À DÉCONSTRUIRE

“ Dès l'enfance, la fille est éduquée pour subir de l'injustice et des violences. ”

Julienne Zongo

Si les violences sexistes et sexuelles sont banalisées, elles ne déclenchent pas moins des troubles mentaux. Leur banalisation impacte la santé mentale des femmes qui ne peuvent les dénoncer ou même les identifier comme telles. La société valorise la figure de la femme forte qui met de côté ses émotions. Dans de nombreuses cultures, les femmes se voient ainsi enlever le droit de ressentir et de s'exprimer. Leur santé mentale est dénigrée et la culpabilisation de celles qui souffrent est en elle-même une violence.

A l'inverse, lorsque le stéréotype sexiste, voire raciste, est celui de l'hypersensibilité des femmes, les douleurs qu'elles expriment sont ignorées. Dans les deux cas, la conséquence est la même : les femmes ne demandent pas d'aide, ou quand elles en demandent, ne l'obtiennent pas et elles sont traitées tardivement ou mal.

“ Au Sénégal, une bonne femme est une femme qui supporte et met de côté ses émotions. Mettre de côté ses émotions, c'est se déshumaniser. ”

Stella Tiendrebeogo

La résilience ne peut être qu'un état ponctuel. Il faut donner les clés aux femmes pour qu'elles sortent de cette pensée intériorisée selon laquelle elles doivent constamment tout endurer.

3-UNE APPROCHE FÉMINISTE INTERSECTIONNELLE NÉCESSAIRE

Tant pour la défense des droits des femmes atteintes de troubles mentaux que pour la prise en charge en santé mentale des femmes, une approche féministe intersectionnelle est essentielle.

L'objectif de Soeurs pour Soeurs Tond La TAABA est de récolter des données, en collaboration avec d'autres associations burkinabées, pour avoir une meilleure vision de l'ampleur de la problématique de la santé mentale, du vécu des femmes et des filles souffrant de maladies mentales, et ce, pour une meilleure prise en charge des patientes. Les femmes atteintes de troubles mentaux au Burkina Faso voient certains de leurs droits humains supprimés - de l'infantilisation à de nouvelles violences, en passant par le retrait du droit de garde ou de visite d'enfant. C'est un plaidoyer féministe intersectionnel qui permet à l'association de se battre spécifiquement pour améliorer l'accès aux droits et les conditions de vie des femmes qu'elle défend.

“Les femmes atteintes de troubles mentaux ne peuvent pas toujours se défendre elles-mêmes, nous avons voulu corriger cette injustice et mener des actions pour d'améliorer leurs conditions de vie.”

Julienne Zongo

Aujourd'hui, les psychologues qui accompagnent les personnes vulnérabilisées ne peuvent pas faire l'impasse sur une approche féministe de la psychologie. Stella Tiendrebeogo teinte le principe de neutralité professionnelle d'une analyse systémique féministe intersectionnelle pour mieux lever le voile sur les violences auxquelles ses patientes sont confrontées (racisme, sexisme, violences physiques/psychologiques...). L'objectif est de déconstruire, de conscientiser la violence et d'empouvoier les femmes par l'information et en dénonçant les situations d'oppression.

“Je mets en mouvement dans ma pratique un positionnement anti-oppressions et anti-violences.”

Stella Tiendrebeogo

C'est grâce aux combats féministes que les femmes peuvent mettre le doigt sur des situations d'oppression qui leur nuisent et, ainsi, les combattre.

La santé mentale constitue d'abord un bien-être et représente la possibilité de s'épanouir. Le féminisme peut être un des leviers d'épanouissement individuel et collectif.

Grâce aux groupes de paroles, aux collectifs et aux sororités, « il y a une notion de force (...) : les femmes ne sont plus seules, elles se voient » (Stella Tiendrebeogo). Se battre, c'est aussi se réunir et s'écouter, pour trouver ensemble des solutions et organiser la lutte.

POUR ALLER PLUS LOIN

- [Rediffusion de la conversation](#)
- [Au Burkina Faso, la double peine pour les femmes atteintes de troubles mentaux, Le Monde, 26 octobre 2022](#)
- [Restreindre l'accès à l'IVG augmente le taux de suicide chez les femmes, confirme une étude, Huffpost, 3 janvier 2023](#)

Avec la participation de :
Alice Carli, Héloïse Colas, Lucie Colonna, Mathilde Iochum, Clara Page, Manon Palige
Illustration :
Silène Audibert

EQUIPOP

www.equipop.org · info@equipop.org

Equipop combine mobilisation sociale et politique, ingénierie de projet, assistance technique et construction de partenariats pour améliorer les droits et la santé des femmes et des filles dans le monde. Equipop agit au plus près des territoires à travers un partenariat solide avec les acteurs et actrices du changement jusqu'au plus haut niveau des prises de décision à l'international. Equipop promeut des valeurs féministes et place l'approche genre au cœur de ses interventions.

