

LE 140

ZINE DE CULTURES & SANTÉ

LA SOCIÉTÉ DU MAL-ÊTRE

SANTÉ MENTALE ET NÉOLIBÉRALISME

Pendant la Seconde Guerre mondiale, on a assisté à la transformation des asiles psychiatriques en camps de la mort avec une extermination de masse, en Allemagne, en Autriche mais aussi en France par une politique dite d'« extermination douce » des patient·es interné·es (au moins 40 000 patient·es sont mort·es de faim¹). Durant la même période, de nouvelles pratiques jettent un regard neuf sur la manière de concevoir les traitements en psychiatrie et des courants communautaires naissent pour changer l'institution asilaire.

Lorsque le concept de santé mentale émerge à la fin des années 1940, il s'inscrit dans un paradigme humaniste qui vise à en finir avec des pratiques maltraitantes, l'exclusion et le fonctionnement asilaire de la psychiatrie. Poussée par des approches révolutionnaires³, de Tosquelles, psychiatre antifasciste, à Fanon, psychiatre anti-colonialiste, la maladie mentale ne se conçoit plus sans prendre en compte les facteurs sociaux, environnementaux, politiques et coloniaux qui l'influencent et c'est avant tout le collectif qui la soigne. Depuis, des réformes en psychiatrie ont eu lieu et la façon d'appréhender la santé mentale a évolué, marquant d'autant plus l'emprise du réel néolibéral dans le sens qu'on lui donne.

« à Saint-Alban, les murs de l'asile sont détruits par les malades et les soignants, la famine est combattue par le biais du collectif »².



¹ Nicolas Méra, « L'hécatombe des fous » : le triste sort des internés dans les hôpitaux psychiatriques pendant l'Occupation, in : Slate, 19 janvier 2025.

² Mathieu Bellhasen, La santé mentale. Vers un bonheur sous contrôle, La Fabrique Editions, Paris, 2014, p.31.

³ La psychothérapie institutionnelle postule que l'institution rend malade. Il faut soigner l'institution pour soigner les malades. Elle propose une pratique où les patient·es participent à la gestion de leur vie quotidienne et leur prise en charge psychothérapique ce qui contribue à l'amélioration de leur vie psychique. Une des premières actions menées par cette école a été d'« ouvrir les murs » de l'hôpital psychiatrique et d'inclure les patient·es dans la vie et les activités de la communauté ordinaire (ville ou village), notamment en luttant activement contre le fascisme.





UNE SANTÉ MENTALE AU SERVICE DU PRODUCTIVISME

La santé mentale fait l'objet de nombreux discours depuis le tournant des années 1990-2000. Des initiatives pour la visibiliser ont fleuri au fil des années (journée mondiale de la santé mentale, semaine annuelle de la santé mentale au sein de l'Union européenne, Grande marche citoyenne à travers la Wallonie et Bruxelles, Grande cause nationale en France, etc.). Elle est devenue de plus en plus présente dans beaucoup de discours politiques, de plans et de campagnes de santé publique et a eu une résonance beaucoup plus forte au sein de la population après la pandémie de Covid-19. Si l'on peut se réjouir que la santé mentale soit aujourd'hui une préoccupation essentielle des gouvernements, on peut observer en même temps une vision de plus en plus productiviste de la santé mentale.

Depuis la définition par l'OMS en 2007⁴ qui lie le bien-être à un travail productif et fructueux, l'angle sous lequel la santé mentale est promue est essentiellement économique (dans le livre vert de la Commission européenne⁵, l'OCDE⁶, les plans nationaux des gouvernements, etc.).

« L'OCDE a estimé que les troubles de la santé mentale entraînent des coûts économiques pouvant atteindre 4 % du PIB, plus d'un tiers de ces coûts étant liés à des taux d'emploi et de productivité plus faibles ».

OCDE⁷

« Selon une étude récente, on estime que l'impact mondial cumulé des troubles mentaux en termes de production économique perdue représentera US \$16,3 millions entre 2011 et 2030 ».

OMS⁸

Dans son panorama 2025 sur la santé mentale⁹, le Conseil de l'Union européenne met en avant les coûts d'une mauvaise santé mentale :

« [...]la santé mentale coûte chaque année aux 27 pays de l'UE et au Royaume-Uni au moins 600 milliards d'euros, soit plus de 4 % du PIB, ventilés comme suit :

- *dépenses de santé directes (consultations, produits pharmaceutiques, hospitalisations) : 190 milliards d'euros, soit 1,3 % du PIB,*
- *programmes de sécurité sociale (conгés de maladie, conгés d'invalidité, allocations de chômage) : 170 milliards d'euros, soit 1,2 % du PIB,*
- *coûts indirects sur le marché du travail (perte de revenus due à la mortalité, à la baisse de l'emploi, à l'absentéisme et à la productivité moindre) : 240 milliards d'euros, soit 1,6 % du PIB »¹⁰.*

Il présente également la bonne santé mentale, à travers différents âges de vie, comme un facteur important pour avoir « de meilleures perspectives d'emploi » (pour les enfants ou des adolescent·es) ou encore « un travail plus productif » (pour les adultes)¹¹.

Dans cette perspective, qu'elle soit bonne ou mauvaise, la santé mentale doit être « capitalisée » pour la mettre au service de l'économie. Elle s'est imposée en un indice économique et est présentée comme un problème à résoudre par un calcul coût-efficacité¹². Cette vision productiviste de la santé mentale est partagée largement par les institutions politiques et de la même manière par les entreprises. Ces dernières en font un argument d'investissement rentable, créant ainsi un nouveau filon : le consulting en santé mentale.

⁴ « Un état de bien-être dans lequel la personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et fructueux et contribuer à la vie de sa communauté. »

⁵ Améliorer la santé mentale de la population. Vers une stratégie sur la santé mentale pour l'Union européenne, Livre vert de la Commission européenne, 14 octobre 2005.

⁶ L'Organisation de coopération et de développement économiques, créée en 1961, a pour but de publier des analyses de politiques publiques afin de conseiller et de coordonner les orientations économiques de ses pays membres, elle soutient une vision libérale de l'économie et promeut le libre-échange et le développement du secteur privé.

⁷ Santé mentale, OCDE.

⁸ Plan d'action global pour la santé mentale 2013-2020, OMS, 66e Assemblée mondiale de la Santé, 27 mai 2013, p.4.

⁹ Santé mentale, Conseil européen, Conseil de l'Union européenne.

¹⁰ Ibid.

¹¹ Ibid.

¹² Livre Vert de la Commission européenne, op. cit. p.8.



« L'innovation et l'efficacité sont essentielles pour se démarquer dans un monde des affaires en constante évolution. Dans ce contexte en mutation rapide, les organisations sont souvent confrontées à un défi crucial qui passe souvent inaperçu : la santé mentale de leurs collaborateurs. En effet, au-delà d'une question de bien-être personnel, il a été démontré que la santé mentale représente un facteur stratégique, capable d'avoir un impact direct sur la productivité, la fidélisation des talents et les résultats financiers des entreprises ».

Ifeel, compagnie de ressources humaines, spécialistes de la santé mentale en entreprise.

Pour le psychiatre Mathieu Bellhasen, cette collusion entre santé mentale et néolibéralisme a pour but de « conduire les conduites » des individus afin de les amener à prendre la décision que l'on attend d'eux. Elle consiste à raisonner en auto-entrepreneurs de sa santé mentale : « les tendances à ne pas s'inquiéter, à être sociable, optimiste, la faculté de résistance, d'adaptation au changement sont d'autres traits psychologiques fréquemment associés au niveau global de bonheur et de bien-être »¹³.

Dans un cadre de concurrence généralisée, de réduction du rôle de l'État et de libéralisation du marché, la santé mentale est promulguée comme une variable individuelle et malléable qui permet de se conformer à cette société. Selon Bellhasen, notre santé mentale s'inscrit, de plain-pied, dans un paradigme de l'adaptation ; s'adapter à toutes les situations est devenu un gage de « bonne » santé mentale.

Or, le fait de s'adapter à une situation qui ne peut pas changer pose question. Par exemple, peut-on être en « bonne » santé mentale lorsqu'on subit un management toxique au travail ?

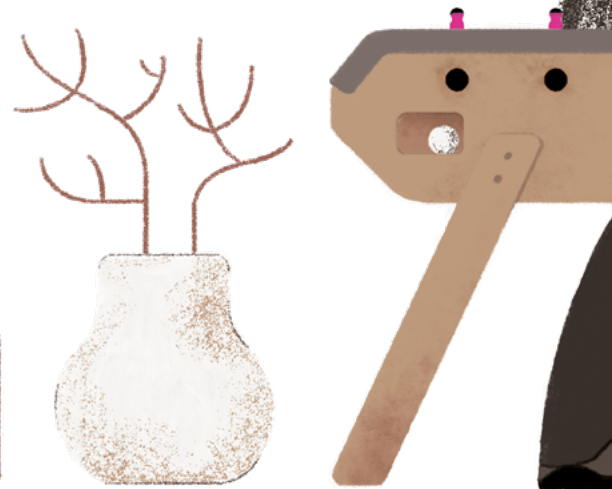
L'ÉCONOMIE DU BURN-OUT

Dans cette logique, on observe une individualisation des problématiques de santé mentale et une psychologisation des conditions sociales néfastes aux individus. C'est ce que l'on observe dans le cadre du travail à travers le « new management ». La sociologue Danièle Linhart¹⁴ a mis en avant dans ses recherches sur le travail et l'aliénation par le travail, un modèle dans lequel le management, qui s'est imposé comme une nouvelle manière de travailler – rompant avec des conditions de travail que l'on trouvait autrefois trop difficiles et qui relevaient de l'exploitation – en vient à déshumaniser les travailleurs et travailleuses. Une bonne partie du management est basée sur des stratégies visant essentiellement à asseoir l'emprise sur les travailleurs et travailleuses en leur faisant intérioriser les critères d'efficacité et de rentabilité voulues par leur direction. La relation au travail est construite sur un raisonnement psychologique renvoyant dos à dos les travailleurs et travailleuses, et leur capacité à poursuivre les objectifs de l'entreprise. En interviewant un certain nombre de salarié-es, beaucoup disaient être confronté-es à des injonctions individuelles et narcissiques comme « engagez-vous profondément dans votre travail, sortez de votre zone de confort, prenez des risques, aimez l'aventure, remettez-vous en question, essayez de vous dépasser, de vous surpasser, mettez-vous en concurrence avec les autres, avec vous-même, etc. ». Une sorte de psychologisation permanente voire une narcissisation : « montrez que vous êtes le ou la plus forte, qu'on peut compter sur vous, qu'on a bien fait de miser sur vous, etc. ».

¹³ Mathieu Bellhasen, op. cit.

¹⁴ Sommes-nous tous en burn-out ?, in : Les chemins de la philosophie, podcast, épisode 1/4, 19 octobre 2021, 58'.

¹⁵ Rapport du Rapporteur spécial sur les droits de l'homme et l'extrême pauvreté, Olivier De Schutter L'économie du burnout : pauvreté et santé mentale, Nations Unies, Assemblée Générale, 79e session, 16 juillet 2024, p.22.



Chacun et chacune est donc solitaire face à un travail personnalisé. Les individus sont poussés à se fixer eux-mêmes des objectifs et à s'adapter au changement permanent. Par exemple, de nouvelles compétences sont à acquérir pour garder la main dans un domaine, pour changer de fonctionnement, pour innover. Pour Linhart, le management mobilise les corps et les esprits, les travailleurs et travailleuses sont (sur)responsabilisé-es tout en gardant un lien de subordination avec la direction. Les problèmes rencontrés au travail ne sont plus collectivisés et la souffrance est personnelle. Elle y décrit une consommation de l'intérieur qui amène les salarié-es à un effondrement psychique et physique, parfois irréversible. Au lieu de pointer des pratiques de management toxique, l'épuisement peut être un blâme que l'on se donne à soi-même générant de la honte à souffrir et de la solitude.

Le Rapporteur spécial des Nations unies sur les droits de l'homme et l'extrême pauvreté, Olivier De Schutter, a pointé du doigt dans son dernier rapport de 2024, le déni dont font preuve les organisations internationales et notamment l'OCDE, sur l'obsession de la croissance économique et l'évolution des conditions de travail qui sont délétères pour la santé mentale des travailleurs et travailleuses.

*« [...] nous devons passer d'une approche biomédicale à une approche biopsychosociale des problèmes de santé mentale, passant de la psychiatrisation de la pauvreté à la lutte contre les causes structurelles de la dépression et de l'anxiété. Il faut pour cela remettre en question la manière dont l'économie traite les femmes et les hommes (qui sont considéré-es comme des ressources à exploiter et à rendre aussi productives que possible), ainsi que la priorité accordée à l'économie productive par rapport à l'économie reproductive. Plutôt que l'augmentation du PIB, l'accent devrait être mis sur l'amélioration du bien-être ».*¹⁵

Cependant, pour Linhart, le management a une grande capacité de résilience et d'appropriation des remises en causes. C'est ainsi que dans les entreprises, on a vu apparaître toute une série d'idées visant à améliorer les conditions de travail dans ses aspects sociaux : instauration de « chief happiness officers », développement de la culture de « team-building », des séances de méditation ou encore de rire au travail, tout cela dans un cadre convivial (souvent avec un baby-foot à disposition pour les employé-es). Le travail prend le pas sur tous les pans de la vie en offrant un cadre social et de loisirs rendant ainsi la frontière entre vie privée et professionnelle floue. On ne va pas mettre en place de cadre pour exprimer, collectiviser et négocier le travail (dans un rapport de force) mais plutôt faire de la prévention des risques psycho-sociaux en visant des individus « vulnérables ».



→ L'INDIVIDU, ÉCHELLE DE MESURE ET D'ACTION

Aujourd'hui, quand on va chercher des réponses pour traiter la mauvaise santé mentale qui croît au sein de la population, on promeut principalement le dépistage, dépister¹⁶ de manière la plus précoce possible les troubles et les individus susceptibles de développer des troubles. Par exemple, on va mettre en évidence que les individus précaires, autrement appelés « vulnérables », sont plus à risque de développer des problématiques de santé mentale et l'une des solutions qui va être préconisée sera de contribuer au retour au travail (sans amélioration des conditions de travail), d'améliorer l'accès aux services de santé mentale. On ne va pas agir sur la précarité en elle-même et ce qui la produit alors même que cela réduirait en grande partie les problèmes de santé mentale identifiés.

Dans le Livre Vert sur la santé mentale¹⁷ de la Commission européenne visant à conseiller aux États l'adoption de bonnes pratiques pour améliorer la santé mentale, il est mis en avant des programmes pouvant être bénéfiques en fonction des populations (jeune, active, senior) :

- *Les mesures qui visent à améliorer les capacités personnelles et à réduire l'effet des facteurs de stress au travail sont bénéfiques pour la santé et le développement économique.*
- *La fourniture de conseils aux groupes à risques, aide au retour sur le marché du travail, emplois assistés pour les malades mentaux et les personnes souffrant d'incapacité mentale.*
- *Les interventions cognitives comportementales, soutien psychologique des personnes vulnérables, formation des professionnels de la santé à la prévention, à l'identification et au traitement de la dépression.*

Ces mesures ciblent uniquement le niveau individuel voire micro-individuel (les fonctions cognitives des individus). Elles enjoignent également les États à multiplier les actions de dépistage chez les enfants et adolescent-es.

Elles dépolitisent les raisons d'une mauvaise santé mentale de la population et ne mentionnent pas l'influence des facteurs sociaux et politiques sur la détérioration de la santé mentale. En se focalisant sur les personnes, on pense en termes de catégories, de diagnostic individuel et c'est à ce niveau-là que l'on veut faire porter la responsabilité de son état et de son rétablissement.



→ LE TRAVAIL SUR SOI

Dans une société néolibérale, ce sont aux individus de se prendre en main et les injonctions à la bonne santé mentale fleurissent pour se sentir bien : prendre soin de soi, prendre du temps pour soi, devenir meilleur·e, réussir sa vie, lâcher prise, s'écouter, méditer, voir les obstacles comme des opportunités, etc. Notre santé mentale est envisagée comme un logiciel qui se met à jour.



Le développement personnel ou la résilience sont ainsi devenues des méthodes pour contrôler sa vie, favoriser son bien-être et améliorer sa santé mentale : Bullet journal (listes et objectifs pour contrôler son quotidien), Miracle morning (commencer sa journée en ayant été productif·ve avant même de débiter sa journée de travail) ou encore l'organisation rationnelle de son temps, la psychologie positive et l'auto-hypnose, etc. Dans son livre « Contre le développement personnel », Thierry Jobard, philosophe et libraire français, met en avant le fait que la production de livres sur cette thématique n'a fait qu'augmenter considérablement depuis les années 2000. Selon lui cette idéologie permet de consacrer l'effort personnel comme seul déterminant dans l'amélioration de notre bien-être. La société est donc à côté de l'individu, un décor dont on n'attend rien. Le développement personnel devient une exploitation de soi par soi qui ne laisse que très peu de place à l'autre.

Or, il y a fort à parier que toutes les astuces de développement personnel, aussi drastiques soient-elles, sont en grande partie vouées à l'échec sur le temps long, tant elles masquent des problématiques sociales et politiques qui ne disparaîtront pas sans actions collectives.

Dans le dernier livre de la journaliste et autrice Claire Touzard, « Folie et résistance », elle pointe le fait qu'on part du principe qu'avoir une bonne santé mentale, c'est s'insérer dans la société telle qu'elle est, c'est-à-dire une société néolibérale. Pourtant, s'insérer dans ce cadre relève pour elle de la folie. Dans une interview, elle s'exclame : « On mérite mieux ! Comment peut-on parler de santé mentale aujourd'hui quand le cadre qu'on nous offre est aussi catastrophique, c'est un cynisme total, on nous offre un cadre précaire, une violence inouïe, ce sont des traumatismes qu'on nous offre, ce n'est pas une société »¹⁸.

Et si on prenait la santé mentale dans le mauvais sens ? Il est tout à fait normal de ne pas s'acclimater à une société aussi violente et donc de développer des problèmes de santé mentale. Est-ce à l'individu d'accepter (et intérioriser) des situations inégalitaires, oppressives et maltraitantes ou à la société d'encadrer et de réguler pour les empêcher ?

¹⁶ Le dépistage est enjeu essentiel cependant il est de plus en plus instrumentalisé en essentialisant des personnes à un trouble. L'évolution d'un « risque » de maladie mentale n'est pas inéluctable et ne doit pas enfermer des personnes dans des cases ni de les traiter avant même que des symptômes ne se déclarent.

¹⁷ Livre vert de la Commission européenne, op. cit.

¹⁸ Claire Touzard, Transformer le diagnostic en résistance, in : Folie Douce, podcast, épisode 31, 15 mai 2025, 1h11.

POUR ALLER PLUS LOIN

OUTILS PÉDAGOGIQUES DE CULTURES&SANTÉ

Le kit pédagogique Enjeux santé mentale

Le 148 PXL, Zine de Cultures&Santé (n°7) –
Santé mentale des jeunes et numérique,
les inégalités en fond d'écran, 2024

Le fichier d'animation
Échanger pour changer :
Covid-19 et société, 2020

À LIRE

Mathieu Bellhasen,
La santé mentale.
Vers un bonheur sous contrôle,
La Fabrique Editions, Paris, 2014

Claire Touzard,
Folie et résistance,
Éditions divergences, Quimperlé, 2025

Olivier Croufer, Clémence Mercier,
Julien Vanderhaeghen,
Se faire son histoire dans la longue histoire
de la psychiatrie,
Centre Franco Basaglia, 2024.

Thierry Ribault,
Contre la résilience.
À Fukushima et ailleurs,
Éditions L'échappée, Paris, 2021

À ÉCOUTER

Potocask, le podcast Democrapsy
(avec le Pianocktail)

Hagere Mogaadi,
@la_psy_qui_cause

FRANTZ FANON

Ce film en noir et blanc retrace les années passées par Frantz Fanon, psychiatre et militant anticolonialiste, entre 1953 et 1956 à l'hôpital de Blida-Joinville en Algérie colonisée où il exerçait en tant que psychiatre chef. Lors de son séjour, il applique des méthodes de psychothérapie institutionnelle pour lesquelles il s'attire les foudres de l'administration coloniale. Il jette les camisoles et ouvre les murs de l'hôpital. Cependant, l'hôpital étant ségrégué entre patient·es européen·nes et indigènes, les techniques de psychiatrie révolutionnaire apprises auprès de Tosquelles, psychiatre antifasciste espagnol exilé à Saint-Alban en France, ne fonctionnent que sur les patient·es européen·nes. Face à cet échec, il essaie de comprendre comment les indigènes conceptualisent leur propre pathologie. Il réalise qu'il faut prendre en compte les cadres de référence qui permettent aux patient·es de comprendre leur maladie pour se soigner et reconstruire leur personnalité. Il observe toute la violence de la domination coloniale sur les esprits, une déshumanisation absolue et la difficulté qu'il y a à s'émanciper en tant que sujet lorsque celle-ci est directement liée à une histoire politique d'oppression coloniale. Le film met en lumière son engagement politique auprès du FLN, qu'il rejoint en 1956. Pour Fanon, c'est la société qu'il faut transformer.

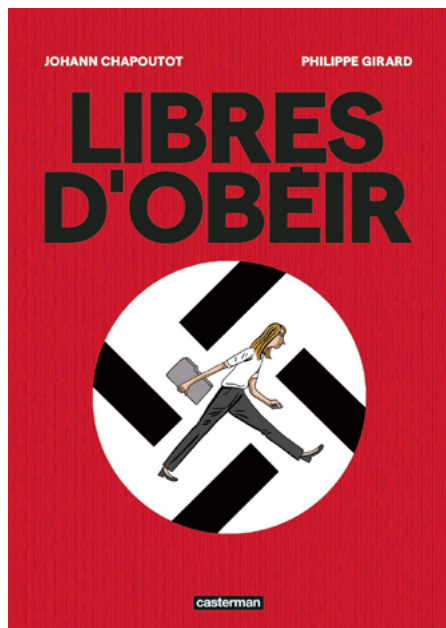
Un film de Abdenour Zahzah,
réalisateur algérien, 23 juillet 2025, 1h31'.

Voir la bande-annonce sur Youtube

« Le colonialisme français
s'est installé au centre
même de l'individu
et y a entrepris
un travail soutenu
de ratissage,
d'expulsion
de soi-même,
de mutilation
rationnellement
poursuivie ».

L'An V de la révolution algérienne,
Frantz Fanon, 1959.

→ LU POUR VOUS



Libres d'obéir

de Johann Chapoutot et Philippe Girard,
Casterman, 2025.

Cette BD retrace le fil idéologique entre le nazisme et le management actuel à travers la figure du général SS Reinhard Höhn (1904-2000) pour qui la chute du III^{ème} Reich n'a rien changé. Il a notamment fondé une école de commerce en 1956 où de nombreux cadres d'entreprise ont été formés (Aldi, BMW, Bayer, Esso, Krupp, Thyssen, Opel, Ford, Colgate, Hewlett-Packard...). Au cœur de sa vision, partagée et mise en œuvre par les nazis, l'individu doit être libre de choisir les moyens pour atteindre le but qui lui est assigné (*Auftragstaktik* : la tactique par la mission ou l'objectif). La responsabilité revient donc à l'individu qui a l'illusion de cogérer sa mission sans pour autant en décider l'objectif.

Réalisation :
Cultures & Santé asbl

Alexia BRUMAGNE
Anaïs MAUZAT
Charlotte ODIER
Claire BERTHET
Denis MANNAERTS
Dominique DURIEUX
Elena SBARAI
Jeanne DUPUIS
Jérôme LEGROS
Laurence D'HOND
Maïté CUVELIER
Marie-Brune de CHASSEY
Najya SI M'HAMMED
Rabia BENAMAR
Rachida AZZOUZ
Roxane COMBELLES
Souad LAGHMICH
Valentin GORRIS
Xhemile BUZAKU

Éditeur responsable :
Denis Mannaerts
Rue d'Anderlecht 148 - 1000 Bruxelles

Imprimé par Media Process
Chaussée de Louvain 775 - 1140 Bruxelles

Revue semestrielle
300 exemplaires

Téléchargeable depuis notre site
www.cultures-sante.be

Le 148 peut être commandé gratuitement
auprès de notre centre de documentation
cdoc@cultures-sante.be
+32 (0)2 558 88 10



Association d'éducation permanente,
de promotion de la santé et de cohésion sociale.

Avec le soutien de



FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES



Francophonie
familles santé handicap
AVIQ

