

Définition

Personnes s'identifiant comme hommes et ayant immigré au Canada.

Pourquoi adapter son approche ?

Les hommes présentent un taux de suicide plus élevé que les femmes. En plus des enjeux similaires vécus par les hommes de la population générale, les hommes immigrants doivent également composer avec des défis liés à l'adaptation à un nouvel environnement.

Migration

- **Difficulté d'adaptation** aux normes et valeurs de la société d'accueil
- **Apprentissage d'une nouvelle langue**
- Difficultés à comprendre et utiliser un **nouveau système de service**
- **Perte du réseau** de soutien
- **Isolement social**
- **Discours négatif** sur les hommes immigrants
- **Déqualification socioprofessionnelle**
- **Pression de soutenir financièrement la famille**, incluant parfois les personnes restées dans le pays d'origine
- **Sentiment d'échec** et d'être un fardeau face aux défis du contexte post-migratoire
- **Conflits** familiaux



Culture et minorité

- **Tendance à moins chercher d'aide** psychosociale ou en santé mentale
- **Peur des conséquences de dévoiler sa détresse** ou demander de l'aide (perdre son emploi ou son statut migratoire, paraître faible, etc.)
- **Stigmatisation** des besoins psychosociaux, des enjeux de santé mentale et de suicide
- **Faible littératie** en santé et conceptions culturellement diverses de la santé mentale
- **Sentiment d'être incompris**
- **Méfiance** envers les services
- **Discrimination** à l'emploi, au logement

Pratiques à promouvoir

Les pratiques ci-dessous s'inscrivent dans le contexte des établissements d'enseignement supérieur. Les pratiques à promouvoir auprès de la population étudiante générale s'appliquent aussi à celles et ceux issu·e·s de l'immigration. Toutefois, des considérations additionnelles sont à prendre en compte :

Normaliser et valoriser la demande d'aide, tout en reconnaissant les barrières à la recherche d'aide et en respectant les préférences de la personne quant aux ressources qu'elle souhaite mobiliser.

Comprendre les enjeux liés à l'intersection entre les différentes facettes de l'identité de la personne (origine ethnique, statut migratoire, orientation sexuelle, identité de genre, classe sociale, âge, handicap, etc.).

Prendre conscience de ses propres préjugés sur les hommes immigrants. Les ressources en bas de page offrent des pistes pour entamer la réflexion.

Être à l'écoute du point de vue de la personne. Toute personne est influencée par la manière dont elle a été socialisée. Les façons de penser et d'agir peuvent également changer dans le temps.

Prendre le temps d'explorer le vécu et les conceptions de la personne sans faire de suppositions liées à ses identités sociales et culturelles.

Aborder les normes culturelles au Québec avec bienveillance et en prenant soin de les replacer dans leur contexte.

Souligner les forces de la personne liées à son parcours migratoire et à son adaptation à un nouvel environnement, tout en reconnaissant les difficultés vécues.

Explorer et renforcer les raisons de vivre de la personne, notamment celles qui peuvent être liées à son projet migratoire.

Identifier les besoins prioritaires de la personne et offrir un soutien dans la recherche de solutions. L'accompagner vers des ressources spécialisées peut s'avérer utile.

Agir sur les déterminants sociaux de la santé pour diminuer le stress ou la détresse de la personne. En effet, intervenir avec la personne sur ses besoins financiers, alimentaires, de logement, de transport ou autre peut aider à lui redonner de l'espoir et à diminuer sa détresse.

Impliquer les proches dans l'intervention, si la personne le souhaite. Cela peut contribuer à briser l'isolement et à résoudre certaines tensions ou conflits liés à la migration.

Renforcer le soutien social en encourageant la personne à explorer de nouveaux intérêts ou à participer à des activités sociales, des interventions de groupe ou des groupes d'entraide.

Soutenir le développement d'un sentiment d'utilité et de reconnaissance sociale. Les défis liés au contexte post-migratoire (déqualification socioprofessionnelle, stress financier, etc.) peuvent entraîner un sentiment d'échec ou d'être un fardeau.

Connaître et développer des partenariats avec des ressources pour les hommes immigrants.

Identifier des ressources variées en fonction des besoins de la personne (en ligne, en personne, avec horaire flexible, selon le statut migratoire, etc.).

Informar la personne des ressources disponibles et l'aider à naviguer dans un nouveau système. Discuter de ses préoccupations liées aux ressources peut favoriser la recherche d'aide.

Adapter l'offre de services aux besoins et aux intérêts des hommes immigrants et développer des stratégies pour mieux les rejoindre.

Pour en apprendre plus :

[Intervenir auprès des hommes immigrants : Ai-je une approche adaptée? \(IU SHERPA\)](#)

[Immigration au masculin : Ressources pour mieux comprendre et rejoindre \(IU SHERPA\)](#)

[Les hommes issus de l'immigration \(ROHIM\)](#)

[Les hommes \(MSSS\)](#)