



**INSTITUT
ATLAS**
POUR LES VÉTÉRANS
ET LEUR FAMILLE

ABRÉGÉ DE RECHERCHE

COMPRENDRE LE LIEN ENTRE LE STRESS MINORITAIRE ET LES PRÉJUDICES MORAUX

CITATION DE L'ÉTUDE : Nicholson AA, Narikuzhy S, Wolf J, Pichtikova M, Siegel M, Mirabelli J, Hatchard T, Hosseini-Kamkar N, Bawagan E, Roth SL., Mutschler C, Lanius RA, Hosseiny F, Eckstrand K, Lueger-Schuster B. Identity in turmoil: Investigating the morally injurious dimensions of minority stress. *European Journal of Psychotraumatology*. 2025;16(1):2479396. doi:10.1080/20008066.2025.2479396



FAITS SAILLANTS

QU'EST-CE QU'UN ABRÉGÉ DE RECHERCHE?

Un *abrégé de recherche* fournit un résumé en langage clair d'un projet de recherche dirigé ou appuyé par l'Institut Atlas pour les vétérans et leur famille. L'objectif est de veiller à ce que les vétérans et leur famille accèdent plus facilement aux nouvelles recherches et aux principales conclusions, et soient en mesure de les comprendre.

Une *seule* étude de recherche ne peut pas nous donner toutes les réponses, mais chaque étude bien menée nous fournit une pièce du casse-tête.

- Il a été prouvé que les expériences de stress minoritaire (discrimination, marginalisation et stigmatisation intériorisée) ont un impact sur la santé mentale des minorités sexuelles et de genre (MSG). En fait, les MSG courent un plus grand risque de développer des problèmes de santé mentale à cause de leur identité socialement stigmatisée.
- À titre de première étude de méthodes mixtes visant à explorer les dimensions des préjudices moraux qui résultent du stress minoritaire chez les MSG, cette étude aide à créer un point de départ pour comprendre comment ces facteurs sont liés et pourquoi les MSG connaissent des taux plus élevés de problèmes de santé mentale que la population en général.
- L'étude a dégagé quatre thèmes fondamentaux liés aux préjudices moraux chez les MSG, soit la honte, la culpabilité, la trahison/perde de confiance et les blessures d'attachement.
- L'intensité des préjudices moraux liés au stress minoritaire était associée positivement à une consommation d'alcool plus risquée (ou plus nocive) et à un traumatisme.
- L'étude et ses conclusions, ainsi que d'autres recherches fondées sur celles-ci, peuvent appuyer la mise au point de nouvelles interventions cliniques ou soutenir les thérapies existantes afin qu'elles soient plus inclusives, appropriées et adaptées.
- Les résultats de cette recherche peuvent être appliqués directement aux vétérans et aux survivants de la purge LGBT parce qu'un certain nombre de participants reflétaient ces points de vue.

L'expression PRÉJUDICES

MORAUX désigne les répercussions psychologiques, sociales et spirituelles découlant des événements où une personne pose des gestes qui vont à l'encontre de ses croyances ou valeurs morales profondes, assiste à de tels comportements ou n'est pas en mesure de les empêcher.

Le préjudice moral est un type spécifique de blessure psychologique qui a une incidence durable sur l'image de soi et la vision du monde d'une personne.

Pour en savoir plus sur les préjudices moraux et ce qu'elles peuvent ressentir, visitez : atlasveterans.ca/prejudices-moraux



DONNÉES QUALITATIVES

Information descriptive qui saisit les caractéristiques et les qualités des expériences observables, exprimées en mots plutôt qu'en chiffres. Cela peut comprendre des renseignements provenant de sondages, de groupes de discussion ou d'entrevues.

MESURES QUANTITATIVES

Méthodes de collecte d'information numérique pouvant être utilisées pour effectuer des comparaisons et des analyses statistiques.



POURQUOI L'ÉTUDE EST-ELLE IMPORTANTE?

Un grand nombre de données probantes nous indiquent que les minorités sexuelles et de genre (MSG, c.-à-d. les membres de la communauté 2ELGBTQIA+) sont affectées de façon disproportionnée par les problèmes de santé mentale, y compris le trouble de stress post-traumatique (TSPT), les troubles liés à la consommation de substances, les troubles anxieux et de l'humeur. (p. ex., trouble anxieux généralisé et trouble dépressif majeur), les troubles de l'image corporelle, les idées suicidaires et les tentatives de suicide.

La recherche a démontré que ce risque accru de développer des problèmes de santé mentale chez les MSG découle de facteurs de stress minoritaires, comme la discrimination, la marginalisation et la stigmatisation¹. Les MSG peuvent souvent subir des facteurs de stress sociaux uniques fondés sur l'identité opprimée et stigmatisée de leur communauté – y compris le rejet et la violence – ce qui peut souvent mener à des sentiments de honte, de culpabilité et de trahison écrasants, qui sont tous des signes de préjudice moral^{2,3,4}.

Cette recherche exploratoire fournit un point de départ pour comprendre les liens entre ces expériences de stress minoritaire et les préjudices moraux. Cela aidera les chercheurs et les fournisseurs de services à mieux comprendre pourquoi les MSG connaissent des taux plus élevés de problèmes de santé mentale, en particulier les symptômes liés aux traumatismes, et, au bout du compte, à améliorer le traitement et les résultats.



QU'EST-CE QUE L'ÉTUDE VISAIT À DÉCOUVRIR?

Cette étude visait à déterminer si les MSG ont des présentations semblables ou uniques de préjudices moraux, ainsi qu'à mieux comprendre les répercussions des préjudices moraux liées au stress minoritaire sur la santé mentale et le bien-être en général.

Les questions fondamentales auxquelles l'étude visait à répondre étaient les suivantes :

- Quelles sont les principales caractéristiques des préjudices moraux que subissent les MSG en raison de leur identité stigmatisée?
- Les caractéristiques fondamentales du préjudice moral chez les MSG sont-elles différentes ou identiques aux conclusions actuelles sur le préjudice moral dans les populations ayant déjà fait l'objet d'une enquête?
- Les thèmes qui ressortent des données d'entrevue correspondent-ils aux mesures numériques de l'exposition et de l'intensité perçue des événements potentiellement moralement dommageables liés au stress minoritaire, et sont-ils associés aux résultats en matière de santé mentale?



QU'EST-CE QUE L'ÉTUDE A PERMIS DE DÉCOUVRIR?

Les résultats de l'étude ont dégagé quatre thèmes fondamentaux liés aux préjudices moraux chez les MSG :

- Honte
- Culpabilité
- Trahison/perde de confiance
- Blessures liées à l'attachement

CISGENRE

Lorsque le sentiment de genre d'une personne est le même que le sexe (homme/femme) qui lui a été attribué à la naissance (c.-à-d. qu'elle n'est pas transgenre).

- Les blessures liées à l'attachement sont apparues comme une caractéristique du préjudice moral propre aux MSG lorsqu'on les compare aux caractéristiques fondamentales du préjudice moral découlant d'études menées auprès de personnes hétérosexuelles et cisgenres. Cela démontre la complexité et le caractère distinctif de la présentation des préjudices moraux dans ce groupe.
- La présentation des caractéristiques des préjudices moraux dans les entrevues qualitatives variait en fonction des données sur l'exposition et l'intensité perçue des événements potentiellement moralement préjudiciables liés au stress minoritaire.
- On a établi un lien entre l'exposition et l'intensité d'événements potentiellement moralement dommageables liés au stress minoritaire et une augmentation de la consommation d'alcool dangereux et des symptômes liés aux traumatismes.

Pour en savoir plus sur ce que signifient ces résultats, consultez la [section sur les répercussions](#).

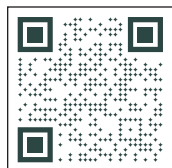


COMMENT CETTE ÉTUDE A-T-ELLE ÉTÉ MENÉE?

LE FONDS POUR LA PURGE LGBT

est une société sans but lucratif qui a été créée pour gérer une partie des fonds provenant du règlement du recours collectif lié à la « purge » dans le militaire, la Gendarmerie royale du Canada (GRC) et la fonction publique fédérale entre les années 1950 et le milieu des années 1990. Ces fonds sont utilisés pour des projets axés sur la réconciliation et la commémoration.

Pour en savoir plus sur le Fonds pour la purge LGBT : lefondspurgelgbt.com



Cette étude a été conçue en collaboration avec le fonds pour la purge LGBT à l'aide d'une approche mixte comprenant :

- **DONNÉES QUALITATIVES** : Entrevues individuelles semi-structurées avec des participants à la recherche afin de mieux comprendre les expériences vécues par les MSG en ce qui a trait aux dimensions moralement préjudiciables de leurs expériences de stress en milieu minoritaire.
- **MESURES QUANTITATIVES** : Cela comprenait des questionnaires d'autoévaluation et une évaluation clinique. Les questionnaires d'autodéclaration mesuraient l'exposition à des événements potentiellement moralement dommageables liés au stress minoritaire, la consommation d'alcool, les symptômes de dépression, la présence et la gravité des symptômes liés aux traumatismes, le traumatisme pendant l'enfance et l'exposition à vie à des événements traumatisants.

L'évaluation clinique a été effectuée pour détecter la présence de problèmes de santé mentale.

PARTICIPANTS

Il y avait 37 participants de MSG :

- Diverses orientations sexuelles, genres, identités raciales et ethniques
- Comprend les survivants de la purge LGBT et les vétérans

Les participants ont été recrutés dans diverses cliniques et agences au service des MSG, ainsi qu'avec l'aide du fonds pour la purge LGBT et du réseau de l'Institut Atlas pour les vétérans et leur famille.



QUELS SONT LES POINTS FORTS ET LES LIMITES DE L'ÉTUDE?

Les points forts suivants peuvent avoir appuyé les résultats de l'étude :

- L'utilisation d'un plan de recherche à méthodes mixtes (utilisant des mesures qualitatives et quantitatives et les comparant) a permis à l'étude de tirer des conclusions plus riches sur les dimensions moralement préjudiciables du stress minoritaire.
- Les multiples moyens de collecte des données (questionnaires d'autoévaluation, évaluations cliniques, entrevues qualitatives semi-structurées) aident à produire des résultats plus précis pour mieux comprendre les préjudices moraux causés par le stress minoritaire.
- La réalisation de recherches qualitatives avec un vaste échantillon a permis aux chercheurs d'explorer de plus en plus de façons différentes dont les MSG pourraient être affectées par des événements potentiellement préjudiciables sur le plan moral liés au stress minoritaire. Cela a mené à l'inclusion d'une plus vaste gamme d'expériences et de résultats liés au stress minoritaire dans l'analyse et les constatations de l'étude.

Les limites suivantes peuvent avoir eu une incidence sur les résultats de l'étude :

- L'Échelle des événements liés aux préjudices moraux a été adaptée pour tenir compte des traumatismes moraux liés au stress chez les participants à l'étude. Cependant, il n'existe actuellement aucune échelle validée qui mesure précisément les préjudices moraux causés par les expériences de stress minoritaire.
 - L'Institut Atlas a un projet en cours pour valider une échelle pour les préjudices moraux liés au stress minoritaire.
- Une méthode de répartition médiane utilisée pour classer les participants dans des groupes « faible » et « élevé » de préjudice moral reposait sur un seuil arbitraire, plutôt que sur des seuils validés par la recherche pour la gravité des préjudices moraux liés au stress minoritaire, car cela n'existe pas à l'heure actuelle.

MÉTHODE DE RÉPARTITION MÉDIANE

Méthode d'analyse des données de recherche dans laquelle les chercheurs calculent le point médian des scores déclarés par les participants. Les scores individuels des participants sont ensuite classés comme « faibles » ou « élevés » par rapport à ce point médian.



QUELLES SONT LES RÉPERCUSSIONS DE CETTE ÉTUDE?

Pour les vétérans

Cette étude aide à mieux comprendre les répercussions du stress minoritaire sur la santé mentale des vétérans issus de MSG et des membres en service actif.

Les résultats de l'étude peuvent également aider les vétérans et les membres actifs à comprendre les défis auxquels font face leurs pairs 2ELGBTQIA+ et les membres de leur famille. Les résultats pourraient également mener à de nouvelles interventions cliniques ou permettre aux thérapies existantes d'être plus inclusives, appropriées et adaptées.

Étant donné que cette recherche a été effectuée en collaboration avec des vétérans qui ont survécu à la purge LGBT, ses conclusions peuvent être appliquées directement pour soutenir ce groupe de vétérans canadiens, pour qui les événements de la purge LGBT ont eu des répercussions importantes. (p. ex., exclusion du service, dissimulation forcée de leur identité, interrogatoires, harcèlement, etc.).

Les militaires peuvent également connaître des facteurs de stress liés aux minorités pour diverses raisons : La communauté militaire a une identité collective distincte et fonctionne comme un groupe minoritaire au sein de la société en général, et d'autres groupes minoritaires existent également au sein des Forces armées canadiennes elles-mêmes. Pour cette raison, les résultats de cette étude peuvent également être appliqués à d'autres recherches générales sur la marginalisation et la stigmatisation au sein des communautés militaires et à l'extérieur.

Pour les membres de la famille de vétérans

Cette étude peut aider les familles à comprendre les défis uniques qui affectent leurs proches qui sont des vétérans ou des membres actifs 2ELGBTQIA+.

De plus, comme il y avait des participants non militaires 2ELGBTQIA+ à l'étude, les résultats sont également pertinents pour les membres de la famille qui s'identifient comme MSG.

Pour les fournisseurs de services

Les résultats aident à établir un cadre conceptuel sur la façon dont le stress minoritaire peut entraîner des préjudices moraux, des symptômes liés aux traumatismes et des problèmes de santé mentale. Cela peut permettre aux fournisseurs de services de mieux comprendre et d'appuyer les circonstances et les défis uniques auxquels font face les vétérans issus de MSG, les membres en service actif, et les membres de leur famille.

Les fournisseurs de services peuvent également utiliser cette information pour élaborer des interventions ciblées qui peuvent aider à atténuer le fardeau en matière de santé mentale chez les vétérans issus de MSG, les membres en service actif et les membres de leur famille, ainsi qu'à créer des modèles de soins plus inclusifs.

Pour les chercheurs

Cette étude appuie la nécessité de mener d'autres recherches pour :

1. Établir un cadre de préjudice moral adapté au contexte du stress minoritaire
2. Élaborer une échelle qui mesure les préjudices moraux liés au stress minoritaire

L'étude souligne également la nécessité d'appliquer une perspective intersectionnelle dans les futures recherches en santé mentale. Par exemple, d'autres recherches devraient porter sur les résultats en santé mentale liés aux expériences de stress propres à une minorité en raison de l'identité de genre diverse, raciale ou ethnique minoritaire.

Pour les décideurs politiques

L'étude et ses résultats peuvent aider les décideurs à comprendre comment le stress minoritaire peut avoir un impact sur les personnes issues de MSG au niveau institutionnel et à définir les priorités dans la lutte contre la stigmatisation et la discrimination institutionnelles.

Elle peut également appuyer l'élaboration de lignes directrices pour prévenir les expériences de stress minoritaire et aider à créer des améliorations du système qui permettront aux personnes 2ELGBTQIA+ d'avoir un meilleur accès au soutien en santé mentale.

Pour d'autres groupes

Les civils des MSG peuvent également être en mesure de tirer des enseignements de l'étude pour mieux comprendre leur santé mentale face aux expériences de stress vécues par une minorité.

Les résultats de l'étude peuvent également encourager les MSG à cerner les problèmes de santé mentale avec lesquels ils pourraient être aux prises et à demander du soutien en matière de santé mentale.

Les membres de la société peuvent se renseigner sur les effets profonds et dommageables du stress minoritaire et apprendre comment mieux soutenir les membres 2ELGBTQIA+ dans leur communauté.

Ces informations peuvent également être utilisées pour lutter contre la stigmatisation et la discrimination liées au stress des communautés et de la société minoritaires.



ORIENTATIONS FUTURES

D'après les résultats de cette étude, l'équipe de recherche clinique de l'Institut Atlas :

- Collecte des données pour valider une échelle des préjudices moraux liés au stress minoritaire.
- Effectue d'autres analyses pour examiner la relation entre le traumatisme et le stress minoritaire. Les résultats de ce travail peuvent éventuellement être utilisés pour préconiser une réflexion plus exacte dans les critères du Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM) pour le TSPT sur les types d'événements traumatisants liés à l'identité que les MSG (ou d'autres groupes minoritaires) vivent habituellement.



RÉFÉRENCES

1. Frost DM, Meyer IH. Minority stress theory: Application, critique, and continued relevance. *Current Opinion in Psychology*. 2023;51:101579. [doi:10.1016/j.copsyc.2023.101579](https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101579)
2. Meyer IH. Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*. 2003;129(5):674-697. [doi:10.1037/0033-2909.129.5.674](https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674)
3. Nicholson AA, Siegel M, Wolf J, Narikuzhy S, Roth S, Hatchard T, et al. A systematic review of the neural correlates of sexual minority stress: Towards an intersectional minority mosaic framework with implications for a future research agenda. *European Journal of Psychotraumatology*. 2022;13(1):2002572. [doi:10.1080/20008198.2021.2002572](https://doi.org/10.1080/20008198.2021.2002572)
4. Straub KT, McConnell AA, Messman-Moore TL. Internalized heterosexism and posttraumatic stress disorder symptoms: The mediating role of shame proneness among trauma-exposed sexual minority women. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*. 2018;5(1):99-108. [doi:10.1037/sgd0000263](https://doi.org/10.1037/sgd0000263)



LISTE DE CONTRIBUTEURS

Veuillez noter que les noms qui figurent ici comprennent seulement ceux des personnes ayant consenti expressément à être reconnues en tant que contributrices.

Cette ressource a été préparée par l'Institut Atlas pour les vétérans et leur famille. Nous aimerions remercier les personnes suivantes pour leur contribution à l'élaboration de cette ressource.

APPROBATION Cara Kane, Andrew Nicholson, MaryAnn Notarianni

CONCEPTUALISATION Victoria Klimkowski, Alex Kollo, Andrew Nicholson

RECHERCHE ET ANALYSE Ella Bawagan, Kristen Eckstrand, Taylor Hatchard, Niki Hosseini-Kamkar, Fardous Hosseiny, Ruth A. Lanius, Brigitte Lueger-Schuster, James Mirabelli, Christina Mutshler, Sandhya Narikuzhy, Andrew Nicholson, Mina Pichtikova, Sophia L Roth, Madalena Siegel, Jakub Wolf

RÉDACTION Alex Kollo

RÉVISION Cara Kane, Victoria Klimkowski, Alex Kollo, Krystle Kung, Andrew Nicholson

SUPERVISION Cara Kane, MaryAnn Notarianni

VISUALIZATION Alex Kollo



CITATION SUGGÉRÉE

Institut Atlas pour les vétérans et leur famille. Abrégé de recherche : Comprendre le lien entre le stress minoritaire et les préjudices moraux. Ottawa (Ontario) : 2025. Disponible sur : atlasveterans.ca/abrege-de-recherche-prejudices-moraux-stress-minoritaire

Vous souhaitez en savoir plus sur l'approche de l'Institut Atlas en ce qui a trait à la reconnaissance des contributions à cette ressource? Consultez notre modèle collaboratif pour obtenir de plus amples renseignements à ce sujet : atlasveterans.ca/modele-collaboratif.