

Contre la stigmatisation des maladies psychiques

Roger Peyret

Président délégué de l'UNAFAM Loire

L'UNAFAM aide les familles à aider les malades psychiques qui, toute leur vie, sont particulièrement fragilisés et stigmatisés.

La dépression est la deuxième cause de handicap, et une personne sur quatre est touchée un jour par un épisode psychique handicapant (suite à une perte d'emploi, à un chagrin d'amour ou à un accident de la vie...). Heureusement, si cette personne est accompagnée et soignée, cela ne restera qu'un épisode passager. Par contre, certains troubles sévères durent très longtemps ou même "à vie" : les maladies psychiques (schizophrénie, troubles bipolaires, tocs, dépressions installées) touchent 3 % de la population et 8 % avec leurs familles. Et ces chiffres sont sous-estimés, car la stigmatisation que subissent les malades et leurs familles font qu'ils se cachent et vivent dans une solitude et une souffrance qui les desservent.

Cette stigmatisation est comparable à celle que suscitait la peste au Moyen Age, ou plus récemment le cancer et le sida... Ces maladies font peur aux "bien portants" qui ne veulent pas être concernés, alors que tous les milieux sociaux sont concernés et se retrouvent fort démunis quand ils en sont frappés.

Quand la maladie psychique entre dans une famille, c'est aussi destructeur qu'un tsunami : nul n'y est préparé. Tous commencent par le dénier, tant les malades que leur famille, car l'accepter c'est ne plus correspondre à l'image que les canons de la société actuelle nous imposent, c'est devenir un paria.

Et cette image insupportable se communique aux familles : durant de nombreuses années, les psychiatres parlaient de "familles pathogènes" ; ils s'occu-

paient des malades, mais ignoraient leurs familles en ne faisant qu'accroître leur sentiment de culpabilité et leur fragilité : il s'en suivait de nombreuses ruptures, des divorces au sein des couples, des tensions dans les fratries, des dépressions, et un irréprouvable sentiment d'abandon et d'impuissance.

Le principal rôle de l'UNAFAM (Union Nationale des Familles et Amis de personnes Malades et/ou handicapées psychiques) a été de mettre en place des cellules d'accueil et des "groupes de parole" qui permettent aux malades et à leurs proches d'assumer cette situation, de la déculpabiliser, de retrouver l'estime de soi et de se former à combattre ces maladies dans la durée. À travers l'UNAFAM, les parents retrouvent une combativité et une motivation qui les soutiennent au sein de leur famille et face à la société.

Car notre société doit évoluer en reconnaissant à ces malades une place qui ne soit plus celle que leur confèrent régulièrement les médias à chaque "fait divers" occasionné par un accès de violence d'un des leurs... violence autrement moins fréquente que celles qu'ils subissent continuellement.

Déjà les psychiatres ont changé d'attitude à l'égard des familles, en recherchant désormais une alliance thérapeutique soignants/aidants. Et les pouvoirs publics (les Agences Régionales de Santé - les ARS -, les Maisons Départementales des Personnes Handicapées - les MDPH -, les Hôpitaux...) reconnaissent à l'UNAFAM un véritable rôle d'utilité publique. L'objectif de l'UNAFAM est qu'en 2014 la santé mentale et les troubles psychiques soient déclarés grande cause nationale. ♦

L'Unafam

C'est une association reconnue d'utilité publique qui accueille, soutient, et informe les familles confrontées aux troubles psychiques d'un des leurs. Elle contribue à l'élaboration de la politique de santé dans le domaine de la psychiatrie. Elle défend les familles et les malades auprès des élus et des responsables.

L'Unafam est présente dans toutes les régions et départements français.

Pour mieux aider et défendre les familles l'Unafam a choisi l'entraide, l'exigence, le progrès, l'indépendance, la coopération avec des associations partenaires. Elle regroupe, dans toute la France, plus de 15 000 familles, toutes concernées par la maladie psychique de l'un des leurs. A l'Unafam, plus de 2 000 personnes donnent leur temps pour aider et défendre les familles et amis de malades psychiques. Elles animent l'association dans 97 départements. L'Unafam remplit ainsi une mission de proximité tant vis-à-vis des familles que vers les élus et différentes institutions sanitaires et sociales.