



Le journal



Services

ER

EN



Votre compte

Menu

Proche-  
Orient

Municipales

International

Planète

Politique

Société

Économie

Idées

Culture

Goût  
du

Scien

SCIENCES MÉDECINE

# Nicolas Franck, psychiatre : « Lorsque les proches sont soutenus, l'état des patients s'améliore »

Avec son confrère Romain Rey, le psychiatre lyonnais Nicolas Franck consacre un livre aux aidants et plaide pour que cette fonction soit reconnue par la société. Dans un entretien au « Monde », il rappelle que nous sommes « tous aidants à un moment de notre vie ».

Propos recueillis par Pascale Santi

Publié le 30 mars 2026 à 17h30, modifié le 30 mars 2026 à 18h39 • Lecture 3 min.

Article réservé aux abonnés

Inclus dans votre abonnement : jusqu'à 4 mois offerts à Spotify Premium.

**Activer votre offre**



Le psychiatre Nicolas Franck, à Lyon, le 11 mars 2026. CENTRE RESSOURCE NATIONAL DE RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE

Chef de pôle au centre hospitalier Le Vinatier, à Lyon, le psychiatre Nicolas Franck explore la réalité souvent invisible des aidants. Dans un livre écrit avec son collègue Romain Rey, *Aidants et fiers de l'être* (éd. Odile Jacob, 240 pages, 22,90 euros), il propose des pistes pour mieux les accompagner. Nicolas Franck est aussi à l'origine de la création du diplôme universitaire « Pair-aidance en santé mentale et neurodiversité », proposé par l'université Lyon-I.

### Les aidants sont entre 8 et 10 millions en France... Mais qui sont-ils réellement ?

Les aidants, c'est nous tous. On l'est tous à un moment de notre vie, que ce soit pour un membre de la famille, un parent vieillissant, un enfant malade, un conjoint, un ami, ou même un collègue. Ils sont des millions à assumer cette fonction, parfois même sans le savoir et sans poser le mot « aidant » sur ce qu'ils font.

### Vous évoquez un fardeau physique, moral, financier, etc. Quelles en sont les conséquences ?

Le terme « aidant » recouvre un spectre très large. Il y a une énorme différence entre aider ponctuellement un proche pour faire les courses et accompagner quotidiennement un conjoint atteint de la maladie d'Alzheimer ou un enfant souffrant de troubles psychiatriques, comme la bipolarité ou la schizophrénie. Pour les aidants les plus impliqués, la charge mentale et physique est très forte, avec un véritable épuisement, et même, selon certaines études, une perte d'espérance de vie. A cela s'ajoutent un stress chronique et un isolement souvent marqués.

### Quelles sont, du point de vue de l'accompagnement, les spécificités des maladies psychiatriques ?

## Édition du jour

Daté du mercredi 1 avril



[Lire le journal numérique](#)

[Lire les éditions précédentes](#)

PUBLICITÉ

## Les plus lus

- 1 Salle de bal de Donald Trump à la Maison Blanche : un juge ordonne la suspension de sa construction
- 2 EN DIRECT, guerre au Moyen-Orient : Israël dit avoir mené une « vague de frappes de grande ampleur » à Téhéran, et avoir frappé un haut commandant du Hezbollah à Beyrouth
- 3 Collusion entre la Russie et la Hongrie : un enregistrement accablant pour la diplomatie hongroise

Dans un bon nombre de cas, les personnes souffrant de troubles psychiques n'ont pas conscience de leur maladie. Souvent, elles peuvent refuser l'aide qu'on leur donne, s'y opposer, voire exprimer de l'ingratitude. Ce qui rend l'accompagnement encore plus difficile pour les proches, totalement démunis.

### **Comment en êtes-vous venu à vous intéresser aux aidants, il y a une trentaine d'années, alors que l'on en parlait peu ?**

A mes débuts comme psychiatre, dans les années 1990, à Vaulx-en-Velin [*Métropole de Lyon*], je rencontrais des familles en grande détresse. Il était évident que l'on ne pouvait pas les laisser seules. J'ai alors créé, avec une assistante sociale et une psychologue, des groupes de soutien pour leur permettre d'aller mieux et de pouvoir soutenir leur proche.

Cette démarche s'est peu à peu structurée. En développant une approche fondée sur les principes de la réhabilitation psychosociale – qui vise à aider chacun à construire un projet de vie en se basant sur ses capacités préservées –, nous avons intégré une « unité d'aide aux aidants ». On constate clairement que, lorsque les proches sont soutenus, l'état des patients s'améliore, de nombreuses études le montrent. On les aide à comprendre la maladie, à connaître les capacités de la personne malade et à trouver des manières de se faire du bien. Les aider, c'est aussi aider les malades.

### **La santé des aidants est-elle suffisamment prise en compte par les structures médicales ?**

Non, clairement pas. Elle n'est pas prise en compte de manière systématique. Tout dépend encore trop souvent des pratiques individuelles. Certains praticiens écartent même les familles au nom du secret médical, ce qui peut être vécu de façon très violente. Dans notre service, nous avons fait le choix d'impliquer toujours les proches. Chaque professionnel leur propose un accompagnement spécifique, comme le programme BREF, par exemple, créé ici, à Lyon. Nous recevons aussi des patients dont les troubles anxieux ou dépressifs sont directement liés à leur rôle d'aidant.

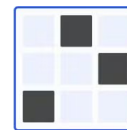
### **Quelles mesures vous semblent prioritaires pour les années à venir ?**

La première est une véritable reconnaissance sociale du rôle d'aidant. Cela suppose des aménagements, notamment dans le monde du travail : mesures spécifiques, temps de travail adapté, aides financières, etc.

Ensuite, il est essentiel d'introduire l'éducation à la santé mentale dès le collège ou le lycée, pour apprendre aux jeunes à repérer quand ils vont moins bien, à s'entraider et à comprendre ce qu'est un aidant.

**Lire aussi l'article (2024) | [Schizophrénie : la](#)**

Le Monde **LEUX**



#### **Mots croisés**

Découvrez chaque jour une nouvelle grille de mots croisés.

[Jouer](#)

Le Monde **MÉMORABLE**



#### **Culture générale**

Des leçons interactives par la rédaction pour tester vos connaissances.

[Découvrir](#)

### [psychoéducation familiale réduit le risque suicidaire](#)

Enfin, pour aider à la prise de conscience, j'ai imaginé l'« aidantomètre », en cours d'évaluation, pour mesurer les différents facteurs qui conditionnent la charge mentale des aidants – loisirs partagés, sentiment d'impuissance, etc. L'objectif est de valider scientifiquement cet outil afin de le diffuser très largement.

### **On constate que la santé mentale se dégrade, notamment chez les jeunes. Comment l'expliquez-vous ?**

Les jeunes ont enchaîné les crises : pandémie, guerres, incertitudes économiques, climatiques... A cela s'ajoute un environnement hyperconnecté, où l'information anxiogène circule en permanence. Puisque l'on ne reviendra pas en arrière, l'enjeu est éducatif, il s'agit d'apprendre à gérer son exposition à l'information, à privilégier le recul plutôt que l'immédiateté, à renforcer les facteurs protecteurs de la santé mentale : liens sociaux et familiaux positifs, activité physique, alimentation, immersion dans la nature...

### **Quels sont vos projets pour faire avancer ces questions de prévention et d'information ?**

Je travaille sur deux axes majeurs. Au niveau national, la création d'une « Maison de la santé mentale », un site Internet destiné à améliorer les connaissances et à lutter contre la stigmatisation de ces troubles.

Sur le plan local, nous développons une équipe pour faire de la prévention. L'idée est d'aller chercher les gens dans les quartiers, les écoles, les entreprises, les associations, sur les marchés, et d'intervenir sur le terrain, avec des médecins généralistes. L'objectif est clair : renforcer la prévention, c'est-à-dire l'éducation à la santé, le repérage précoce, encore trop insuffisants en France. Il est temps d'inverser la tendance.

### **Pour approfondir** (1 article)



**II** « On peut vider notre sac et poser toutes nos questions » : en psychiatrie, former les proches pour mieux aider les patients

Pascale Santi

[Voir les commentaires](#)

[Réutiliser ce contenu](#)

### **Nos lecteurs ont lu ensuite**

**EN DIRECT, guerre au Moyen-Orient : Israël**



## **dit avoir mené une « vague de frappes de grande ampleur » à Téhéran, et avoir frappé un haut commandant du Hezbollah à Beyrouth**



« Il y a peu, l'armée israélienne a achevé une vague de frappes de grande ampleur » qui visaient des infrastructures des autorités iraniennes à Téhéran, a-t-elle écrit. A Beyrouth et alentour, les bombardements israéliens ont fait sept morts.

## **« On peut vider notre sac et poser toutes nos questions » : en psychiatrie, former les proches pour mieux aider les patients**



En France, 4,5 millions de personnes accompagnent un proche qui vit avec un trouble psychique au long cours. Pour les assister, des programmes de psychoéducation, tels que BREF, se développent, avec des bienfaits démontrés à la fois pour les aidants et les patients.

## **L'ancienne première ministre Jacinda Ardern, symbole de la fuite des cerveaux néo-zélandais**



Celle qui avait acquis une renommée internationale en devenant, en 2017, la plus jeune femme cheffe de gouvernement dans le monde, vient de s'installer à Sydney, en Australie, comme plus de 600 000 de ses compatriotes.

## **Quand l'Irlande offre une leçon d'Europe à Donald Trump**



Lors de la traditionnelle visite à la Maison Blanche du premier ministre irlandais pour la Saint-Patrick, Micheal Martin a défendu son homologue britannique et vanté les mérites du Vieux-Continent face aux critiques du président des Etats-Unis.

## **L'humoriste Julie Conti quitte France Inter, après un sketch évoquant Sophia Aram**



L'humoriste suisse a annoncé dimanche sur Instagram quitter la station, après avoir qualifié Sophia Aram d'islamophobe dans un sketch pour l'émission de Nagui « La Bande originale », ce qui lui a valu une vague d'insultes en ligne.

## **« La façon dont Trump utilise la présidence pour capter de manière flagrante de la richesse pour sa famille et lui n'a pas de précédent », selon l'historien Richard White**



Le retour à la Maison Blanche du milliardaire républicain rappelle l'époque des barons voleurs, au XIX<sup>e</sup> siècle, lorsque des industriels bâtissaient des empires grâce à la corruption, explique Richard White, professeur d'histoire émérite à l'université Stanford, en Californie.

## **Cadmium : les autorités sanitaires accusées d'avoir ignoré des éléments en faveur du bio**



Le rapport de l'Anses, publié le 25 mars, sur la surexposition des Français au cadmium conclut que le bio est « potentiellement tout aussi impacté que l'agriculture conventionnelle ». Or des études scientifiques suggèrent le contraire. La Fédération nationale de l'agriculture biologique déplore des « erreurs factuelles ».

## **« Honnêtement, je suis épuisée de manager » : pourquoi les moins de 30 ans ne veulent plus être chefs**



Stress, manque de reconnaissance, conditions de travail détériorées, perte de sens, rémunérations trop faibles... Séduits par d'autres modèles de réussite, les moins de 30 ans remettent en question une certaine vision du management.



## Les Iraniens dans le piège de l'incohérence de Donald Trump

Le peuple iranien se retrouve en première ligne du conflit au Moyen-Orient, subissant à la fois les bombardements intenses des Etats-Unis et d'Israël sur leur pays et le durcissement d'un régime qui continue de réprimer, d'emprisonner et d'exécuter ses opposants.



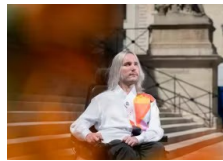
## « Les vociférations de Donald Trump ne rassurent plus les marchés financiers »

Face aux messages incohérents du président américain sur la guerre en Iran, les marchés financiers semblent désormais avoir choisi de couper le son et de se concentrer sur la réalité du terrain, constate Eric Albert, journaliste économique au « Monde ».



## « Dans le monde du handicap, je suis un ovni ! » : le parcours singulier de Tom Bry-Chevalier, doctorant et militant animaliste

Paraplégique et atteint d'une amyotrophie spinale infantile de type 2, ce défenseur de la cause animale termine une thèse sur les enjeux environnementaux et économiques des protéines alternatives à la viande animale.



## Des maires RN nouvellement élus retirent le drapeau européen de leur hôtel de ville

L'initiative des édiles de Carcassonne, Cagnes-sur-Mer et Harnes a été soutenue par des cadres du parti d'extrême droite. Le ministre chargé de l'Europe, Benjamin Haddad, a fustigé un acte « populiste ».



## Guerre au Moyen-Orient : le gouvernement annonce la mise en place du chômage partiel pour soutenir les entreprises

Massivement utilisé pendant la crise due au Covid-19, le dispositif toucherait les sociétés qui font face à une baisse d'activité liée au conflit en Iran et à la fermeture du détroit d'Ormuz. L'enveloppe dévolue à cette mesure dans le budget s'élève à près de 70 millions d'euros.



## Jean Jouzel, paléoclimatologue : « Il n'y a pas de secteur d'activité qui puisse dire que le réchauffement n'est pas son affaire »

Le scientifique participe, mardi 14 avril, à un débat sur la jeunesse comme force de solidarité et de résilience dans un monde en crise. Dans cette tribune au « Monde », il l'invite à ne pas renoncer à s'engager.



## Israël instaure la peine de mort pour les Palestiniens accusés de meurtre « terroriste » : « Avec l'aide de Dieu, nous tuons nos ennemis »

La loi, adoptée par 62 députés, contre 48, marque un tournant dans la politique pénale et affaiblit un peu plus l'Etat de droit dans le pays.



## Logement : Emmanuel Grégoire, le nouveau maire de Paris, veut que l'on puisse « encore rêver de s'installer » dans la capitale



L'édile s'est engagé à créer 30 000 nouveaux logements sociaux et 30 000 autres, « abordables ». L'objectif est ambitieux. Pour l'atteindre, la Ville devra presque doubler la production annuelle de logements publics.



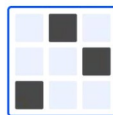
## Jeux

Découvrir



### Mots croisés mini

Profitez de grilles 5x5 inédites et ludiques, niveau débutant



### Mots croisés

Chaque jour une nouvelle grille de Philippe Dupuis



### Mots trouvés

10 minutes pour trouver un maximum de mots

#### SERVICES LE MONDE

- Unes du Monde
- Les ateliers du Monde
- Culture générale
- Mots croisés
- Sudokus
- Résultats des élections municipales 2026
- Education
- Gastronomie
- Réutiliser nos contenus
- Consulter les annonces légales
- Le carnet du Monde

#### GUIDES D'ACHAT LE MONDE

- Les meilleurs robots pâtisseries
- Les meilleurs robots aspirateurs laveurs
- Jeux de société pour adultes
- Le meilleur antivol pour vélo
- Les meilleures friteuses sans huile
- Les meilleures imprimantes laser

#### LE MONDE À L'INTERNATIONAL

- Le Monde in English
- Algérie
- Belgique
- Canada
- Côte d'Ivoire
- Mali
- Maroc
- Sénégal
- Suisse
- Tunisie

#### SERVICES PARTENAIRES

- Nos partenaires
- Hits du moment
- Mahjong solitaire gratuit
- Jeux gratuits d'arcade
- Bubble Shooter
- Le Monde pour les hôtels
- Art et objets avec Ars Mundi

#### SITES DU GROUPE

- Le Monde Evènements
- Courrier International
- Télérama
- La Vie
- Le HuffPost
- Le Nouvel Obs
- Le Monde diplomatique
- Talents
- Source Sûre
- Le Club de l'économie
- M Publicité

#### NEWSLETTERS DU MONDE

Recevoir les newsletters du Monde

#### APPLICATIONS MOBILES

Sur iPhone | Sur Android

#### ABONNEMENT

Archives du Monde

S'abonner / Se désabonner

Se connecter

Consulter le Journal du jour

Événements abonnés

Jeux-concours abonnés

Contacteur Le Monde

#### INFORMATIONS LÉGALES LE MONDE

- Mentions légales
- Charte du Groupe
- Politique de confidentialité
- Gestion des cookies
- Conditions générales
- Aide (FAQ)
- Votre avis sur le site

#### SUIVEZ LE MONDE

Facebook

Youtube

Instagram

Snapchat

TikTok

Fils  
RSS

