

*Quand les parents
de nos petits-enfants
ont des troubles
psychiques, notre rôle
de grands-parents
est complexe...*



**MEMENTO DES
GRANDS-PARENTS
UNAFAM**

12, Villa Compoint
75017 PARIS

01 53 06 30 43

www.unafam.org



LES QUESTIONS DES GRANDS-PARENTS

« Comment nous comporter dans la relation avec notre petit-enfant sans lui créer des difficultés ? Que lui dire des symptômes de la maladie de son parent ? »

« Comment faire face à nos sentiments contradictoires et très pénibles : le devoir d'assistance à personne en danger (à partir de la perception d'une situation limite) et la tristesse de mettre en cause son propre enfant alors qu'il est lui-même en grande difficulté étant, en général, peu soutenu par des professionnels pour exercer son rôle parental ?»

« Comment garder confiance et prévoir des relais après nous ? »

« Sur qui compter pour partager le soutien que nous apportons afin de faciliter le relais et gagner en sérénité ? »



LE RÉSEAU GRANDS-PARENTS UNAFAM

Le réseau de grands-parents a émergé à l'UNAFAM en 2006. A distance ou en groupes, nous nous soutenons au fil de nos réunions avec l'appui apporté par notre association

Nous sommes là, à côté de nos petits-e fants, au sein de la parentèle. Ensemble et avec l'aide de professionnels, nous confirmons nos fonctions naturelles de grands-parents, nos droits et nos limites. Nous partageons nos questions et nos expériences.

Nous savons trouver ressources et souti ns autour de nous et prendre soin de nous tous.

*On évite l'isolement,
On s'informe, on se soutient,
On s'entoure de professionnels,
On préserve notre vie familiale
et notre santé.*



ÊTRE GRAND-PARENT C'EST ...

Transmettre l'histoire familiale

Nous pouvons conter à nos petits-enfants l'histoire familiale sans oublier les épreuves traversées, parfois très douloureuses, comme il en existe dans toutes les familles.

Nous saurons leur dire combien c'est merveilleux mais aussi difficile d'être parent et que par moments, leurs parents ont besoin d'aide pour s'occuper d'eux.

Nous saurons partager avec eux les souvenirs que nous avons gardés de l'enfance de leur parent, aujourd'hui touché par des troubles psychiques ...

On enrichit leur regard sur leur parent,

On aide à relativiser, à nuancer ...



ÊTRE GRAND-PARENT C'EST ...

Maintenir les liens intergénérationnels

Nous pouvons mettre nos petits enfants en relation avec les cousins, cousines, oncles, tantes, et la famille plus large (la famille «de coeur »).

Nous saurons leur dire qu'ils ne sont pas seuls, qu'eux et leurs parents ne sont pas seuls.

Nous saurons leur montrer qu'il existe comme une toile de soutien autour d'eux et que si un fil lâche, il y aura toujours une toile autour d'eux pour les récupérer.

Nous saurons leur offrir l'opportunité de tisser ces liens.

On les inscrit dans l'histoire familiale quelle qu'elle soit,

On soutient des moments de légèreté (vacances, cousinades).



ÊTRE GRAND-PARENT C'EST ...

Promouvoir la médiation

Nous pouvons essayer de trouver les moyens d'apaiser les inévitables tensions dans la famille.

Nous saurons acquérir les compétences qui nous manquent pour y parvenir.

Nous saurons, si nécessaire, recourir à un médiateur professionnel pour apaiser les relations ou tout simplement pour établir des règles acceptables par tous.

Pour plus d'information nous pouvons nous adresser à :

- l'École des Grands-Parents Européens : www.egpe.org

- l'**UNAF** (Union Nationale des Associations Familiales) :

www.unaf.fr



ÊTRE GRAND-PARENT C'EST ...

Apporter un recours aidant

Il peut nous arriver de devoir accompagner nos enfants devenus parents, de les aider, les relayer, en cas de nécessité.

Cependant, nous nous poserons 3 questions

- Sommes-nous à notre place en les aidant ?

- Avons-nous les capacités de le faire ?

- En avons-nous envie ?

Si au moins une des réponses est négative, l'aide, ou au moins une partie de l'aide, devra provenir d'ailleurs.

Nous saurons reconnaître nos limites et poser des limites dans l'intérêt de chacun.



LES DROITS DES GRANDS-PARENTS

Les ressources du code civil

En cas de difficulté, les grands-parents peuvent demander un droit de visite et d'hébergement.

Nous saurons nous appuyer sur l'article 371-4 du code civil qui nous ouvre la possibilité de demander ce droit dans l'intérêt de l'enfant.

Nous pourrions aussi nous proposer comme tuteur digne de confiance en cas de difficulté majeure des parents.

Pour plus d'informations :

- Permanences juridiques de l'UNAFAM réservées aux adhérents

01 53 06 30 43

- Expérience de notre réseau de grands-parents. Pour le contacter, écrire à l'UNAFAM :

contact@unafam.org



L'EXERCICE DE LA PARENTALITÉ 1

Qu'est-ce que c'est ?

Être parent signifie un ensemble de droits et de devoirs qui s'exercent autour de 3 dimensions (appelées «axes de la parentalité» par le Dr. Didier Houzel) :

- **juridique** : c'est l'exercice de l'autorité parentale, le droit de filiation la transmission du nom.
- **expérientielle** : c'est l'activation des sentiments, les éprouvés intimes de chaque parent.
- **pratique** : ce sont les aspects quotidiens de soins, de protection et d'éducation à prodiguer à l'enfant.

Parfois la maladie fragilise le processus parental soit par des interruptions ponctuelles, soit par l'impossibilité de tenir ensemble les 3 axes : on parle alors de «**parentalité partielle**».



L'EXERCICE DE LA PARENTALITÉ 2

Ça peut se partager

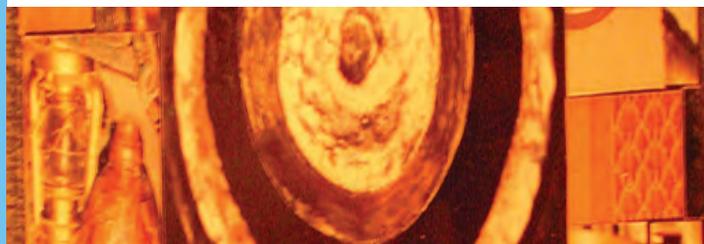
Certains grands-parents se sont vus confier tout ou partie de l'exercice de l'autorité parentale de leurs petits enfants dont le parent est malade.

Nous saurons prendre en compte ces 3 dimensions pour soutenir les parents, tant que possible, dans leurs fonctions parentales; cela permet de trouver une place plus juste pour chacun !

Par ailleurs, nous nous rappellerons que ces fonctions peuvent être partagées et exercées par des personnes différentes au fil du temps dans l'intérêt majeur de l'enfant.

Sur les axes de la parentalité, voir :

HOUZEL Didier. 2011. *Les enjeux de la parentalité*. Nouveau tirage. Ramonville Saint-Agne: Erès, 2017



QUESTIONS ET SILENCES DE NOS PETITS-ENFANTS

Avant tout, écouter...

« Pourquoi on n'a jamais entendu parler de cette maladie à l'école ? »

« Mamie, toi qui es sa mère, tu peux pas la soigner ma maman ? »

« Je pourrais l'attraper, moi aussi, cette maladie ? »

« Comment je saurai, moi, si ça recommence ? »

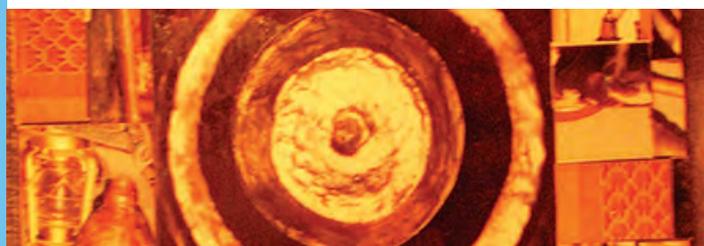
« Papy, quand tu seras mort, comment on fera pour faire du feu ? »

On cherche des outils pour nous aider à répondre aux questions,

On prête attention aux silences,

On adapte notre langage,

On évite les réponses automatiques ...



NOS OUTILS 1 : LIVRES ET LIENS

Il est parfois plus facile d'aborder des questions si complexes à partir d'un support (livre, film...)

L'UNAFAM a édité en 2018 deux livres destinés à aider les parents ayant des troubles psychiques et leurs enfants.

L'auteure, le Dr Ty Solantaus, psychiatre finlandais, les a écrits avec l'aide de plusieurs parents concernés :

**«Comment aider mon enfant ? »
«Mais qu'est-ce qu'ils ont
nos parents ? »**

Pour les commander ainsi que d'autres ouvrages :

www.unafam.org

Des informations d'autres suggestions de lectures et de films sont disponibles sur les sites :

www.psycom.org

www.lesfunambules-falret.org

www.similes.org

www.filsantejeunes.com



NOS OUTILS 2 : TÉLÉPHONES ET LIENS

Quelques numéros de téléphone et liens utiles à connaître :

Numéro d'urgence européen : 112

SAMU : 15

POLICE SECOURS : 17

POMPIERS : 18

Allô enfance en danger : 119

Les Funambules-Falret :

01 84 79 74 60

Psycom : www.psycom.org

Fnepe (Fédération nationale des EPE

www.ecoledesparents.org

EGPE (École des Grands-Parents

Européens) : 01 45 44 34 93

www.allo-grands-parents.fr

Les services de l'UNAFAM :

- **Écoute-famille** : 01 42 63 03 03

- **Service social** : 01 53 06 30 43

- **Permanences école, juridique et psychiatrique** (réservées aux adhérents) :

01 53 06 30 43



AVANCER TOUS ENSEMBLE

Aujourd'hui les personnes suivies en psychiatrie vivent dans la cité et fondent, de plus en plus une famille.

La méconnaissance et la stigmatisation des troubles psychiques dans la société accroissent les difficultés affrontées par nos petits enfants et leurs parents.

Pour prévenir les difficultés dans les différentes étapes de leur vie personnelle et familiale, un réseau de soutien est utile

- famille, amis, entourage,
- associations d usagers, GEM...,
- services d'accompagnements (SAVS et SAMSAH) et/ou de protection juridique,
- CCAS (Centre Communal d'Action Sociale),
- équipes soignantes (périnatalité, CMP, ...),
- Éducation Nationale
- PMI (Protection Maternelle et Infantile),...



NOS APPUIS

Le réseau des grands-parents UNAFAM

Vous êtes grands-parents. Le ou les parents de vos petits-enfants présentent des troubles psychiques.

Venez échanger avec d'autres grands-parents, enrichir notre réflexion collective et renforcer notre réseau d'entraide mutuelle.

N'hésitez pas à contacter la **délégation UNAFAM départementale** la plus proche ou le siège national:
www.unafam.org

Pour vos petits-enfants (7 à 25 ans) : le service **Les Funambules-Falret**, partenaire de l'UNAFAM, peut les accompagner.

Contact :

01 84 79 74 60

www.lesfunambules-falret.org





Créée en 1963, l'UNAFAM assure depuis plus de 50 ans un réseau d'entraide et de défense commune des intérêts des familles et des personnes malades en psychiatrie. Elle compte 100 délégations départementales et plus de 300 groupes de parole sur toute la France.

Ce mémento réalisé par l'Unafam Hauts-de-Seine reflète 14 années de partage d'expériences et d'informations entre grands-parents, réunis en groupe et accompagnés par les professionnels de l'association, autour de leur place dans la famille.

Nous remercions Chloé Sourdillat pour sa conception graphique et l'utilisation de ses œuvres ainsi que les associations EPE IDF et Sparadrap pour leur soutien

