

# MALADIES PSYCHIQUES

## L'accompagnement des familles et des proches





**UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES**

Pour trouver l'Unafam près de chez vous :

[www.unafam.org](http://www.unafam.org)

Tél : 01 53 06 30 43



[www.chepe.fr](http://www.chepe.fr)

226, chemin du Guillolet- 38790 - St Georges d'Espéranche

Tél.: (33) 4 74 84 95 35

e-mail : [chepe@chepe.fr](mailto:chepe@chepe.fr)



© 2019 - CHEPE / Carole production

102, avenue des Champs-Élysée - 75008 Paris - France

ISBN : 978-2-36733-032-7

dépôt légal : 4<sup>e</sup> trimestre 2019

Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation strictement réservés pour tous pays

# MALADIES PSYCHIQUES

## L'accompagnement des familles et des proches

Scénario et texte : Jacqueline Ducrot, infirmière - Dessins et mise en couleur : Patrick Larme

[www.chepe.fr](http://www.chepe.fr)

*Les oeuvres représentées dans cette bande dessinée reflètent une partie de l'histoire de l'art de la fin du XIXème au XXème siècle (Pierre Auguste Renoir, Camille Pissarro, Edouard Manet, Salvador Dali, René Magritte, Robert Rauschenberg, Jasper Johns, Willem de Kooning, Andy Warhol, Jean-Michel Basquiat, Roy Lichtenstein, Pablo Picasso, Sam Francis).*

**Les éditions CHEPE remercient pour la relecture de ce document :**

- Le Professeur Thierry D'Amato, psychiatre,  
*Centre Hospitalier Le Vinatier, Lyon-Bron*
- Le Docteur Nicolas Mages, psychiatre,  
*Centre Hospitalier Le Vinatier, Lyon-Bron*
- Le Docteur Frédéric Haesebaert, psychiatre,  
*Centre Hospitalier Le Vinatier, Lyon-Bron*
- Le Professeur Bruno Aouizerate, psychiatre,  
*Centre Hospitalier Charles Perrens, Bordeaux - Fondation Fondamental*

Cet ouvrage est édité grâce au soutien institutionnel de :

Lorsqu'un trouble psychique atteint l'un des membres de la famille, c'est la famille entière qui en souffre. Elle est le plus souvent désarmée, ne sachant pas comment réagir envers celui qui est atteint.

En fonction de la place dans la famille de la personne malade (père, mère, enfant, fratrie...), la réaction est un peu différente mais de façon générale, on n'ose en parler à personne car il existe une sorte de « gêne » ou de « honte » vis-à-vis du monde extérieur qui, d'ailleurs, n'est lui-même pas prêt le plus souvent à accueillir ces personnes, ne sachant pas quelle attitude avoir.

Ceci aggrave la situation et la vie familiale devient vite insupportable.

Le plus important est que chaque famille puisse savoir qu'il est utile d'en parler avec des professionnels mais également avec d'autres personnes ayant vécu des expériences similaires afin d'échanger et de chercher des solutions.

Des groupes de parole existent au sein d'organismes spécialisés dans la prise en charge globale des patients et de leurs familles : ils permettent d'examiner chaque cas et de répondre à beaucoup de questions et de besoins spécifiques.



Ce document a pour but de dédramatiser la situation, en faisant prendre conscience à chacun que la maladie psychique est avant tout une maladie qui doit être soignée et accompagnée de toutes les aides nécessaires tant sur le plan médical que social ; pour cela il est indispensable :

- de l'identifier comme une maladie (le déni est souvent une première réaction de l'entourage)
- d'en parler
- d'adapter les aides à chaque cas spécifique
- d'être confiant que chaque situation peut largement être améliorée et que la joie d'être en famille peut revenir.

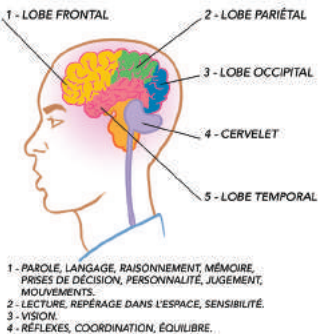
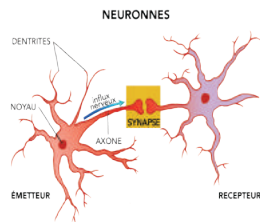


## Rappel physiologique :

Le cerveau est un organe fabuleux, offrant d'immenses capacités ; il n'a pas fini de nous étonner et les chercheurs ne cessent de découvrir de nouvelles données et de nouvelles perspectives permettant aussi de fonder l'espoir de nouveaux traitements pour de nombreuses maladies le touchant.

Il est complexe et fragile. C'est un organe essentiel qui assure la régulation de toutes les fonctions vitales.

Il est notamment constitué d'environ 100 milliards de cellules nerveuses (neurones), qui reçoivent et transmettent les différentes informations du corps via les nerfs.



Certaines zones du cerveau sont dédiées à la perception par les différents sens, d'autres à la communication extérieure (aire de la parole, par exemple) ; d'autres fonctions semblent plus réparties (comme la mémoire, la conscience....).

Les troubles qui peuvent le concerner sont causés par une maladie, une infection, un accident....ils ont souvent aussi une origine génétique avec un terrain de fragilité psychique et un choc émotionnel peut parfois être déclencheur ou facteur d'aggravation.

Quelque soit le problème d'origine, il est important de le détecter le plus tôt possible et, pour cela, d'en connaître les principaux signes d'alerte ; comme pour toute maladie, plus le traitement est précoce et plus on a des chances d'éviter qu'elle s'aggrave. Cela nécessite une prise en charge complète et sur tous les plans, avec des équipes pluridisciplinaires.

De plus les recherches actuelles affinent les connaissances sur de nombreuses maladies touchant le cerveau et des traitements prometteurs sont à l'étude.

Dans bien des cas, le cerveau a des capacités de récupération et d'adaptation qu'il est important de prendre également en compte lors des traitements.

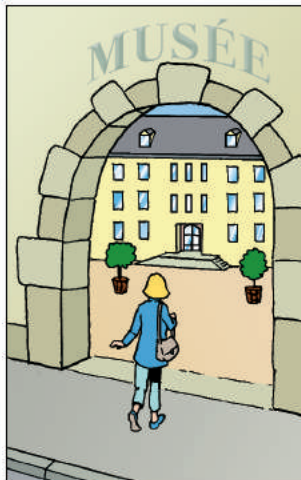
Les maladies psychiques nécessitent une prise en charge continue et les familles ont besoin aussi de « souffler », de prendre du recul ; là aussi des solutions existent.

Il est donc important de diffuser largement l'information que les conditions de vie des patients et de leurs familles peuvent être améliorées largement grâce à l'aide concrète d'organisations consacrées à ce but.



CLAUDIA EST  
CONSERVATEUR  
D'UN MUSÉE D'ART.

ELLE N'A PAS DE  
NOUVELLES DE  
SON AMIE SOPHIE  
DEPUIS  
QUELQUES MOIS  
ET N'ARRIVE PAS  
À LA CONTACTER  
QUAND, SoudAIN  
UN BEAU JOUR...





PEU APRÈS, À LA CAFETERIA DU MUSÉE...

ÇA FAIT PLUSIEURS MOIS QUE CELA DURE...

JE NE SAIS PLUS QUOI FAIRE !



DEPUIS L'ADOLESCENCE, TRISTAN N'A PAS UN CARACTÈRE FACILE

MAIS IL A 20 ANS MAINTENANT ET CA NE S'ARRANGE PAS !

DEPUIS QUELQUES MOIS IL NE VEUT PLUS SUIVRE SES COURS À LA FAC, IL S'ENFERME DANS SA CHAMBRE...

...JE NE PEUX MÊME PAS LUI PARLER, IL NE M'ÉCOUTE PLUS !



ET AVEC TA FILLE ÉMILIE, ET TON MARI, EST-CE QU'IL COMMUNIQUE UN PEU ?

MAIS NON,

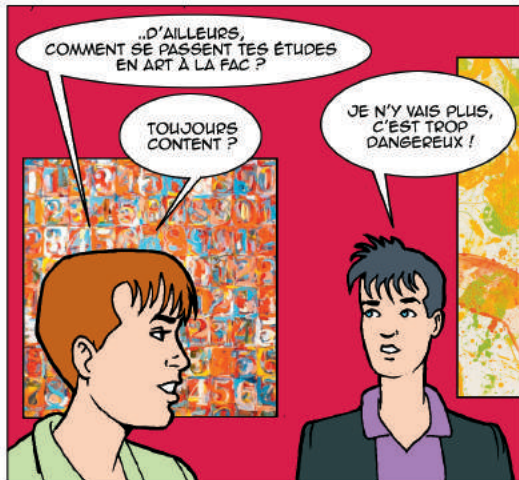
C'EST ENCORE PIRE !



C'EST BIEN LE PROBLÈME !...

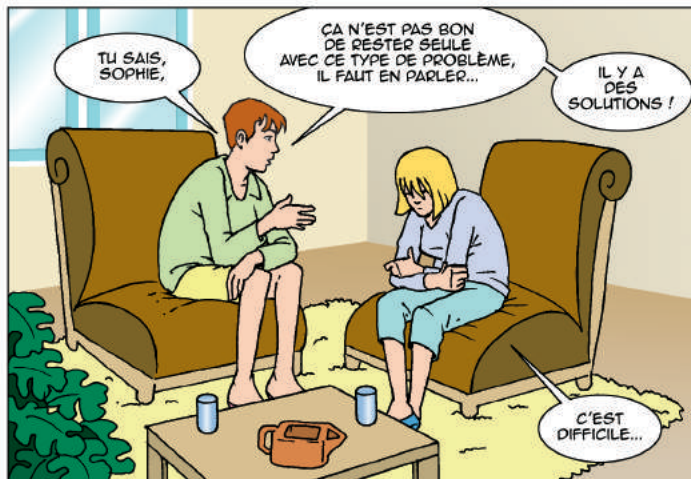
J'AI PENSÉ QUE TU POURRAIS ESSAYER DE LUI PARLER ; IL AVAIT CONFIANCE EN TOI, CA N'A PAS PU CHANGER !

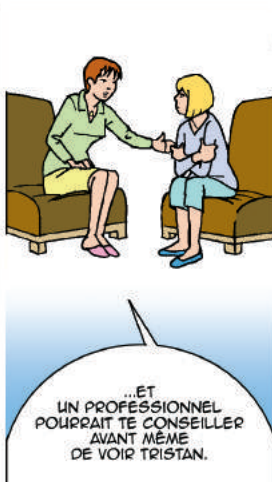


















VOUS NE DEVEZ PAS  
CULPABILISER !  
C'EST BEAUCOUP PLUS  
COMPLEXE QUE ÇA, ET LES  
CAUSES DES MALADIES  
MENTALES NE SONT PAS  
ENCORE PARFAITEMENT  
IDENTIFIÉES.

LE CERVEAU EST UN  
ORGANE QUI RESTE  
MYSTÉRIEL ET  
DANS LEQUEL  
PEUVENT SURVENIR  
DES "ORAGES" AVEC  
DYSFONCTIONNEMENTS  
DE CERTAINES ZONES...



...CELA SURVIENT  
SUR UN TERRAIN  
GÉNÉTIQUE  
FAVORISANT,

MAIS AUSSI AVEC  
DES CAUSES BIOLOGIQUES  
(PERTURBATION DE  
L'ÉQUILIBRE DE CERTAINES  
SUBSTANCES DE  
L'ORGANISME)...

...ET AUCUN MILIEU  
SOCIO-CULTUREL  
N'EST ÉPARGNÉ,  
MAIS IL Y A DES CAUSES  
DÉCLENCHANTES  
VARIABLES SELON  
LES PERSONNALITÉS...



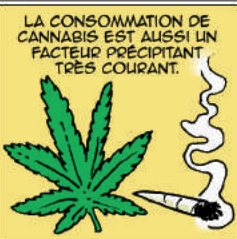
...CELA PEUT ÊTRE PAR  
EXEMPLE, UN ACCIDENT...



...LA PERTE D'UN ÊTRE CHER  
OU UNE RUPTURE  
AMOUREUSE...



...OU LA PERTE  
D'UN EMPLOI...



LA CONSOMMATION DE  
CANNABIS EST AUSSI UN  
FACTEUR PRÉCIPITANT  
TRÈS COURANT.



PARFOIS DES  
ÉVÉNEMENTS  
HEUREUX  
PEUVENT AUSSI ÊTRE  
DÉCLENCHEURS :  
NAISSANCE,  
RÉUSSITE  
À UN EXAMEN....

ET MAINTENANT  
QU'EST-CE  
QU'IL VA ARRIVER  
À TRISTAN ?



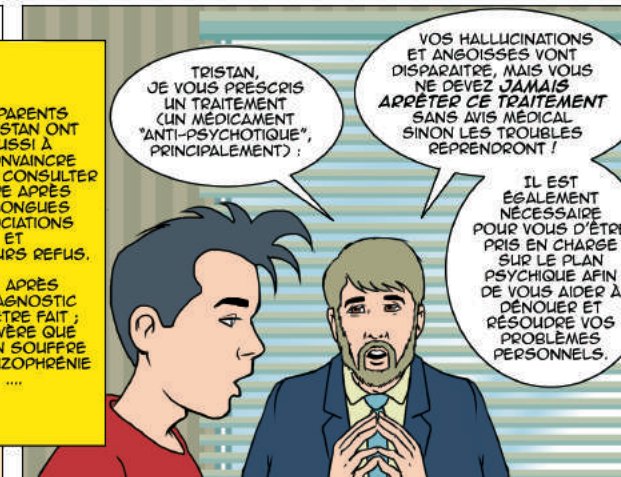
DANS UN PREMIER  
TEMPS IL FAUDRAIT  
QUE VOUS ARRIVIEZ À  
LE CONVAINCRE DE VENIR  
CONSULTER.  
CE QUI N'EST PAS  
TOUJOURS FACILE !



LES PARENTS DE TRISTAN ONT REUSSI À LE CONVAINCRE D'ALLER CONSULTER PIERRE APRÈS DE LONGUES NÉGOCIATIONS ET PLUSIEURS REFUS.

PEU APRÈS UN DIAGNOSTIC A PU ÊTRE FAIT : IL S'AVÈRE QUE TRISTAN SOUFFRE DE SCHIZOPHRÉNIE

....





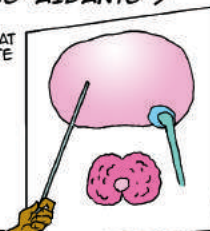


**L'ASSOCIATION AGIT SUR DE NOMBREUX PLANS ET ELLE EST UNE AIDE PRÉCIEUSE POUR LES FAMILLES ET LES PROCHES (LES "AIDANTS")**



**GROUPE DE PAROLE (PARENTS, CONJOINTS, FRÈRES ET SŒURS)**

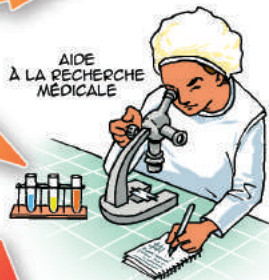
**CONFÉRENCES/DÉBAT AVEC UN SPÉCIALISTE**



**ATELIERS D'ENTRAIDE PROSPECT**



**DÉFENSE DES PATIENTS ET DE LEUR FAMILLE**



**AIDE À LA RECHERCHE MÉDICALE**



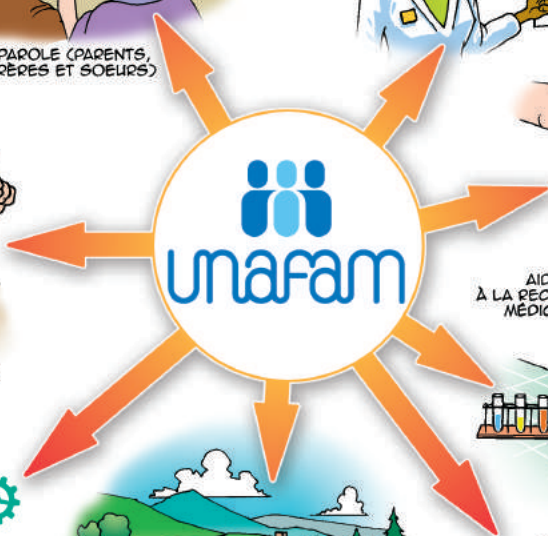
**FORMATION AUX TROUBLES PSYCHIQUES POUR LES AIDANTS ET LES PROFESSIONNELS**



**SOLUTIONS DE "RÉPIT" POUR LES AIDANTS**



**SERVICE D'ASSISTANCE SOCIALE (LOGEMENT, TRAVAIL, DROITS SOCIAUX...)**



APRÈS QUELQUES ARRÊTS DE PRISE DE TRAITEMENT PAR TRISTAN À CAUSE D'EFFETS SECONDAIRES, LE TRAITEMENT LE MIEUX ADAPTÉ À SON CAS A ÉTÉ MIS EN PLACE, AINSI QUE DES SÉANCES D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE ; SON ÉTAT S'AMÉLIORE PROGRESSIVEMENT...

PAPA, QUE DIRAIS-TU D'UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE ?

AVEC PLAISIR, MON FILS !



...AVEC SA SOEUR CHLOÉE, LES RELATIONS SONT PLUS DÉTENDUES...



TON DESSIN EST PAS MAL MAIS SI TU VEUX, JE PEUX TE MONTRER POUR LA PERSPECTIVE...



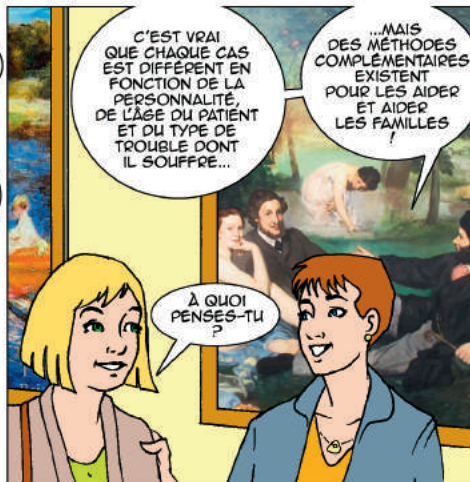
TU SAIS CLAUDIA, MÊME SI L'ÉTAT DE TRISTAN S'EST AMÉLIORÉ, JE ME FAIS QUAND MÊME DU SOUCI POUR SON AVENIR...

SON PÈRE ET MOI AVONS UN GRAND RÔLE À JOUER POUR L'ENCOURAGER À PRENDRE SON TRAITEMENT DE FAÇON RÉGULIÈRE ET ASSIDUE ET À SUIVRE DES SOINS DE RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE, ET MÊME SI IL SE SENT MIEUX ...



JE ME SENS MIEUX... J'ARRÊTE MON TRAITEMENT !

CELA FAVORISE AUSSI SA PRISE D'AUTONOMIE....

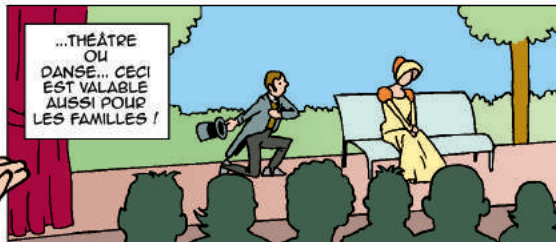
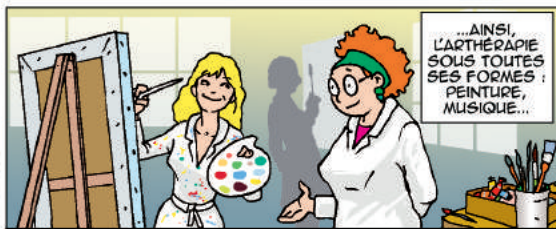


C'EST VRAI QUE CHAQUE CAS EST DIFFÉRENT EN FONCTION DE LA PERSONNALITÉ, DE L'ÂGE DU PATIENT ET DU TYPE DE TROUBLE DONT IL SOUFFRE...

...MAIS DES MÉTHODES COMPLÉMENTAIRES EXISTENT POUR LES AIDER ET AIDER LES FAMILLES !

À QUOI PENSES-TU ?





LA VIE S'ORGANISE PEU À PEU POUR TRISTAN ET SA FAMILLE.

CLAUDIA A PU EMPAUCHER TRISTAN POUR UN TRAVAIL D'ÉTÉ AU SEIN DU MUSÉE.

LES PARENTS DE TRISTAN ONT NOUÉ DE NOUVELLES RELATIONS DANS L'ASSOCIATION D'AIDE AUX FAMILLES ET UN CERTAIN NOMBRE D'ENTRE EUX VIENT VISITER L'EXPOSITION, GUIDÉS PAR TRISTAN LUI-MÊME !



# POUR EN SAVOIR PLUS

## Quelques maladies et troubles psychiques

### LES TROUBLES SCHIZOPHRENIQUES :

Ils touchent 1 % de la population dans le monde. Ils se caractérisent notamment par une rupture de contact avec le monde environnant, une distance avec la réalité. Les principales manifestations sont des délires, des hallucinations visuelles ou auditives, des perturbations du cours de la pensée et de l'affectivité. Souvent les personnes atteintes présentent également des troubles de l'attention et de la mémoire. Les symptômes aigus se manifestent le plus souvent à la fin de l'adolescence ou au début de l'âge adulte mais des signes précurseurs précèdent l'apparition des symptômes psychotiques. Les troubles schizophréniques font partie des maladies psychiques sévères et chroniques. Ils sont hétérogènes. Ils sont associés à un fonctionnement anormal de certains circuits neuronaux du cerveau.

### TROUBLES BIPOLAIRES (ou psychoses maniaco-dépressives) :

La pensée, les actes, les émotions, le comportement et l'état physique des personnes atteintes sont altérés. La maladie se caractérise par une alternance de phases dépressives (grande tristesse pouvant aller jusqu'à l'envie de suicide) et de phases d'exaltation (dites maniaques), pendant lesquelles les personnes sont euphoriques, peuvent faire de multiples projets, elles peuvent présenter une perte de toute inhibition ou, par exemple, engager des dépenses inconsidérées.

### DEPRESSION SEVERE :

Elle se manifeste par une profonde tristesse, un manque d'envie et d'entrain, une réduction du plaisir ressenti, des troubles du sommeil, une modification de l'appétit, un problème de concentration, des sentiments de dévalorisation, de culpabilité et d'isolement. Ce type de dépression a des conséquences graves sur la qualité de vie du patient. Les symptômes sont invalidants avec un impact très négatif au niveau familial, professionnel, une nette dégradation des relations sociales. Sans prise en charge adaptée, cette forme de dépression augmente le risque d'idées suicidaires et de passages à l'acte.

L'Unafam c'est aussi : « **Un Autre Regard** » la revue trimestrielle thématique de l'association, **des guides pour l'entourage** des personnes vivant avec des troubles psychiques, **un répertoire national** des structures sociales et médicosociales spécialisées pour les personnes adultes vivants avec des troubles psychiques.

Partout en France, l'Unafam **accueille, écoute, soutient, forme, informe et accompagne les familles** et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques depuis 1963.

Un accompagnement par des pairs, complémentaires de celui des professionnels de l'association : psychologues, assistantes sociales, juristes, psychiatres...

Pour plus d'informations : [www.unafam.org](http://www.unafam.org)



**UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES**

Siège : 12 villa Compoint - 75017 PARIS

**01 53 06 30 43**

[www.unafam.org](http://www.unafam.org)