



Aider en connaissance de cause les familles de malades psychiques

Portée par huit membres actifs et forte de près de 80 adhérents, l'association – créée en Lot-et-Garonne dans les années 70 – repose par essence sur les partenariats et les actions croisées avec les soignants et tous les acteurs de la santé mentale du Lot-et-Garonne. «Au centre d'une constellation, nous participons à l'alliance thérapeutique», tient à préciser Marie-Thérèse Labitrie, la déléguée départementale. «Nous sommes une association de familles et amis bénévoles concernés par la maladie psychique d'un proche qui affecte toute une vie. Nous proposons entraide et soutien à d'autres familles qui vivent aux côtés de malades psychiques».

Le vocable «psychique» est privilégié dans le but de ne pas diaboliser la maladie et stigmatiser les patients. La maladie mentale fait peur dans l'inconscient collectif et lorsqu'elle frappe dans une famille ou une fratrie, l'entourage est démuni, enferré dans le déni et la culpabilité.

La confusion des signes avant-coureurs, la conjonction de facteurs, la maladie qui progresse à bas bruit, des symptômes qui masquent une réelle pathologie psychiatrique, représentent autant de tâtonnements. Ces errements, ces fuites et ces évitements en se raccrochant à une anxiété que l'on croit passagère mais qui perdure, ce refus d'analyser objectivement la situation, sont synonymes de douleur pour des proches profondément désarmés.

Puis ce monde qui s'effondre lorsque l'on peut enfin donner un nom à la maladie et poser un diagnostic qui tombe de manière implacable. Au surplus d'être rendu comptaible et au cœur de la souffrance d'un proche, «il y a aussi ce deuil à faire des projections de réussite et d'épanouissement de son enfant, cette vie affective condamnée, cette indigence amicale», souligne la déléguée départementale.

Cheminement et acceptation préalables

Ce chemin de croix, les membres actifs de l'Unafam 47 l'ont tous connu en traversant ces épreuves et ce maelstrom familial.

Et c'est parce qu'ils ont «cheminé», qu'ils sont dans l'acceptation aujourd'hui et ont trouvé une forme d'apaisement, qu'ils sont en capacité mentale d'aider les autres qui eux, sont dans l'émotion, la peur panique et l'impression de perdre pied sans savoir vers qui se tourner.

Les permanences de l'association deviennent le réceptacle d'un fardeau trop lourd et d'un sentiment d'incompréhension à l'extérieur. Car comme le rappelle Bessy Selk, secrétaire du bureau : «Ces proches ressentent une souffrance extrême, mais ce handicap psychique reste invisible aux yeux des autres. Quand ils vont un peu mieux, cela n'est pas détectable. Pourtant ces personnes ont des accès d'angoisse terribles».

L'association reste dans son rôle et respecte un devoir de réserve envers tout ce qui relève du diagnostic, même si les symptômes sont forcément parlants aux bénévoles. Essentiellement des troubles psychotiques (bipolarité, schizophrénie) ou des dépressions aiguës. Mais il existe plusieurs degrés dans ces pathologies complexes, semblent affirmer les membres de l'Unafam qui restent de fait, prudents. Christian Duffieux, le vice délégué, estime que le Lot-et-Garonne est plutôt bien loti

en matière de prise en charge de la santé mentale. Tous louent la collaboration avec La Candélie.

«La bonne distance»

Des groupes de parole sont proposés par l'Unafam avec une psychologue clinicienne, en présence de bénévoles. Mais aussi des séances d'information, des journées «bien-être» pour que les familles et les patients aient une autre approche plus sereine, de répit et de partage, ainsi que de nombreuses activités : yoga, sophrologie, musicothérapie...

La prise en compte des «aidants» sans cesse mobilisés sur le prisme de la maladie mentale, est une des préoccupations majeures de l'association. Les bénévoles sont conscients des crises à désamorcer, des décompensations à juguler, des addictions délétères et «des délires dans lesquels notre enfant tente de nous capter», confie Christian.

«Il faut trouver la bonne distance, ni trop près, ni trop loin», préconise par expérience Marie-Thérèse qui a pu mesurer le surinvestissement des familles : «Les enfants adultes donnent aux parents une importance qu'ils ne devraient théoriquement plus avoir».

Elle évoque l'hypersensibilité, l'acuité émotionnelle, l'intelligence de ces sujets que la maladie chronique fragilise.

Michelle Dross, coordinatrice référente des groupes de parole, stipule qu'un dispositif «éducation thérapeutique du patient schizophrène» a été mis en place et qu'un second sera bientôt consacré cette fois à leurs familles, pour mieux appréhender la maladie. Elle est intervenante au «groupe d'information famille» créé à la Candélie. Une initiative applaudie par les bénévoles, qui consiste à recevoir au CHD, les familles confrontées pour la première fois à l'enfermement d'un proche. Un rendez-vous mensuel est ainsi ménagé autour d'un café, animé par le médecin psychiatre Anne-Claire Laffort et Denis Foltran, psychologue, histoire de démythifier l'univers forclos de l'hôpital psychiatrique et les internements sous contrainte.