



N°18 - Avril 2015 : La Santé Mentale des Adolescents

EDITO



La plupart des adhérents de l'Unafam ont rejoint l'association alors que leur proche était malade depuis de nombreuses années. Mais si l'Unafam peut aider les parents dès les premiers soins, les familles pourraient gagner du temps pour comprendre la maladie et ses retentissements. Et de ce fait mieux accompagner leur proche dès le début.

Le thème 2015 des SISM (Semaines d'Information sur la Santé Mentale) a donné l'occasion de faire un premier pas dans ce sens grâce à deux conférences organisées en mars à Anglet et à Pau sur le thème « **Mon adolescent m'inquiète, est-ce grave ?** ». Les associations de parents d'élèves nous ont aidés en invitant leurs adhérents et au total 300 parents ont assisté à une des conférences. Dans ce bulletin vous trouverez des résumés des présentations.

Enfin nous disposons dans le 64 de deux Maisons des Adolescents, des espaces qui accueillent les adolescents comme les parents quels que soient leurs questionnements ou leurs préoccupations (médicale, sexuelle, psychique, scolaire, juridique, sociale...).

Un espace pluridisciplinaire, anonyme, gratuit, et confidentiel, dans un cadre non médical où tout est fait pour que l'adolescent se sente à l'aise et puisse exprimer sa souffrance.

Bien amicalement

Alain Rogez

Maison des Adolescents Pau

23 rue Maréchal Joffre - 64000 PAU

Téléphone : 335 59 98 49 09

Mail : maisondesadolescents@chpyr.fr

Web : <http://www.ch-pyrenees.fr/>

Maison des Adolescents Bayonne - Adoenia

6 rue Lahubiague - 64100 BAYONNE

Tél : 05 59 64 22 52

Mail : maisondesadolescents@gmail.com

Web : <http://www.adoenia.fr/>

Soins ados à BAYONNE

L'unité pour Adolescent du CHCB assure le suivi régulier des adolescents de 12 à 18 ans.

Consultations par une équipe pluridisciplinaire (médecins, psychologues, infirmières, assistante sociale), Service d'hospitalisation complète. On peut y être admis en urgence après avis pédopsychiatrique, Hôpital de jour avec soins à la demie journée en lien avec les autres lieux de vie et les établissements scolaires.

Médecins référents

Dr Félix RAMIREZ Pédopsychiatre

Dr Caroline ROS Pédopsychiatre

Coordonnées du service

Adresse : "Foyer Lormand" 16 chemin Abbé Cestac

64100 Bayonne

Secrétariat Tél : 05 59 44 67 00

Soins ados à PAU

Le service de l'adolescent du CHP a pour mission de prendre en charge des adolescents de 13 à 18 ans en souffrance et en difficultés psychologiques, à travers une offre de soins diversifiée qui varie, selon les besoins, d'une simple consultation à une hospitalisation au long cours.

5 Unités fonctionnelles :

Plusieurs CMP Ados, hospitalisation de jour, hospitalisation complète, Le centre de soins de postcure de Jurançon, « Le Mont-Vert », une Maison des Adolescents.

Chef de Pole

Dr Daniel MONPERRUS

Coordonnées

Centre hospitalier des Pyrénées.

29, avenue du général Leclerc. 64039 PAU

Secrétariat ados : Tél : 05 59 80 94 24 / 05 59 80 93 93

A noter : il n'y a pas d'hospitalisation privée en psychiatrie ados

L'ADOLESCENCE AUJOURD'HUI



Les Semaines de la Santé Mentale 2015 ont été l'occasion pour l'Unafam de participer à l'organisation de deux conférences/débat, à Anglet et à Pau :

Si 80 % des adolescents vont bien, 20 %, à un moment donné, vont connaître un moment de mal-être (tranquillisants, fugues, absences, consommation de stupéfiants ou d'alcool, problèmes alimentaires, repli sur soi...). Et 1 à 2 % peuvent développer des troubles psychiques.

Quels sont les signes d'alerte et à qui s'adresser ?

Comment distinguer ce qui relève du normal et du pathologique ?

Comment doivent réagir les parents ? Quel est le rôle de l'École ?

Tels ont été les principaux questionnements retenus.

le 10 Mars, à ANGLET : MON ADO M'INQUIETE, EST-CE GRAVE ? Nous remercions :

- ♦ le Docteur Félix Ramirez, chef du service de pédo-psychiatrie à Bayonne,
- ♦ Cédric Sampéré, cadre socio-éducatif à la Maison des Adolescents Adoenia de Bayonne
- ♦ Bertrand Lagarde, directeur de deux Instituts thérapeutiques, l'ITEP Beaulieu à Salies de Béarn et " l'Arbre à Paroles" à Bayonne.

Docteur Félix Ramirez : Les parents doivent toujours penser à l'incomplétude de l'adolescent et au travail de construction qui est en train de se faire : un travail de création, de reconnaissance, de réconciliation, de prise de conscience des uns et des autres.

On est aujourd'hui trop dans le contrôle ou dans l'impulsivité.

Les signes d'alerte : une accentuation des traits rêveurs quand ils remplacent la réalité, une anxiété perpétuelle, un manque de limites dans la conduite, une opposition systématique, présence d'un ascétisme et/ou mysticisme trop marqué, l'intolérance marquée aux différences culturelles, la négativité, une timidité excessive, un pessimisme face à l'adversité, une vision négative de la vie, une conduite violente, une addiction à internet....

Comment aider les adolescents ? En retirant sa protection de façon graduée, en stimulant la compréhension réciproque, en favorisant le contexte de communication ; éviter l'exclusion, rester dans l'écoute, garder la bonne distance, stimuler l'échange partagé, favoriser la créativité. **Etre là, être là, être là.....**

Cédric Sampéré : la Maison des Adolescents, ouverte aux jeunes âgés de 11 à 19 ans, est un lieu d'écoute, de prévention, d'accompagnement et d'orientation des jeunes et de leur famille. L'accueil est gratuit, anonyme et confidentiel. (www.adoenia.fr). On trouve ici une équipe pluridisciplinaire : une infirmière, une psychologue, un conseiller familial et parental, une pédiatre, un animateur qui reçoivent les enfants seuls ou en groupe ; tout se passe dans un espace de détente et de rencontre.

L'objectif est d'accueillir, dépister, prévenir et orienter vers des dispositifs médicaux ou hospitaliers si nécessaire. **Un état de "veille", un lieu ressource** pour les adolescents.

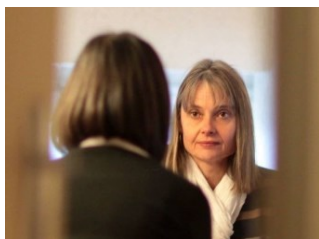
Bertrand Lagarde : Si c'est difficile pour les parents ça l'est aussi pour les professionnels. Mais ces derniers ont l'avantage de travailler en équipe. Il existe peu d'ITEP (Institut Thérapeutique et Pédagogique) pour les adolescents dans le Pays Basque. "L'arbre à Parole", implanté à Bayonne (projet porté par l'Association Suerte), accueille des adolescents de 14 à 18 ans, avec des troubles du comportement. Il n'est pas facile de faire la démarche pour choisir un I.T.E.P. mais il faut **dédramatiser** car c'est un accompagnement à l'échelle humaine qui permet de croiser les regards et de les aider à travailler sur eux-mêmes ; il est fréquent d'entendre : **"si on avait su, on serait venu plus tôt"**



Nous remercions Claude Olive de nous avoir accueilli dans la salle des Fêtes de la Mairie d'Anglet.

LE 19 Mars à Pau : LE MAL ETRE DES ADOLESCENTS. Nous remercions :

- ◆ Le docteur Alice Letessier, pédopsychiatre à l'Unité de l'Adolescent au CHP de Pau,
- ◆ Monsieur Hugo Dupont, docteur en sociologie de l'université de Bordeaux, enseignant à l'université Toulouse J. Jaurès.
- ◆ Monsieur Dominique Rousset, président de la FCPE 64
- ◆ Monsieur Michel Rocher, Proviseur du lycée Baradat à Pau.



Docteur Alice Letessier : L'adolescence n'est pas une maladie mais elle peut faire très mal. C'est un réaménagement du corps qui entraîne un réaménagement dans la tête. Parfois l'adolescent ne se reconnaît plus, d'où un sentiment de panique et une perte d'estime de soi. Ceux qui ont eu des bases solides dans l'enfance vont mieux s'en sortir. Ceux qui n'ont pas pu se construire une sécurité intérieure vont davantage souffrir. Nous constatons aussi que 30% des enfants adoptés présentent des troubles.

La grande question de l'ado est : "suis-je normal" ?

Le plus dur est le début de l'adolescence (13/14 ans). A cet âge apparaissent des troubles qui ne devraient pas être durables même si parfois sévères. Ils s'apaisent généralement vers 17/18 ans. Si cela ne se produit pas, il y a probablement une pathologie qui mérite d'être examinée.

Conseils aux parents :

- En cas de symptômes, être attentif mais patient, ça peut partir tout seul
- Un adolescent a besoin d'une famille ou d'un tiers qui dialogue sans juger
- Consulter seulement si les troubles persistent
- Rassurer

Hugo Dupont : d'un point de vue sociologique, un trouble peut être une façon d'interpréter l'incompatibilité entre le comportement d'un individu et les normes d'un groupe social. Or, on constate qu'un échec ou une déviance scolaire sont aujourd'hui de plus en plus fréquemment interprétés en termes de trouble mental et de souffrances psychiques reléguant parfois l'adolescent présentant une déviance scolaire au rang d'incapable scolaire. Cela permet de légitimer son exil vers le milieu spécialisé.

Il faudrait donc s'interroger davantage sur le rôle de l'éducation nationale devant ces élèves en grande difficulté scolaire et les moyens utilisés (on peut retrouver sur internet des textes de Hugo Dupont traitant ce sujet).

Dominique Rousset et Michel Rocher : Les enseignants ne sont pas suffisamment formés pour la détection des troubles.

A une question posée sur la formation des enseignants aux troubles de comportement des élèves, il a été répondu que cela relevait de la formation initiale des enseignants (étudiants), de la direction de l'établissement, du projet de l'établissement et des enseignants volontaires pour adopter une démarche de coresponsabilité. L'école pourrait ainsi avoir une démarche de prévention.

Tous ces points de vue illustrent bien la difficulté qu'il peut y avoir à identifier les problèmes et leurs causes. Nous remercions beaucoup tous les intervenants qui ont pu, chacun dans leur domaine de compétences, donner des éclairages diversifiés, pas toujours convergents mais qui ont le mérite de nous faire réfléchir.

L'UNAFAM insiste sur le fait qu'il est indispensable de faire la distinction entre les difficultés inhérentes à cette période de la vie pouvant entraîner momentanément un mal-être à l'école, en famille ou en société, et des manifestations qui pourraient relever d'une pathologie potentiellement grave. Certains adolescents sont plus vulnérables que d'autres et les mêmes conduites à risque n'entraîneront pas les mêmes effets. Il faut consulter quand on est dans une impasse, l'évolution d'une maladie dépend pour partie de sa prise en charge précoce.

L'UNAFAM PRES DE CHEZ VOUS FAISONS CONNAISSANCE

LA DÉLÉGATION DE L'UNAFAM 64

Président : Alain Rogez - Trésorier : Jean Michel - Secrétaire : Marie-Dominique Hochedez
Membres du bureau : Marie-Christine Iturrioz, Dominique Letamendia, Christine Elhorga,
Evelyne Darmana.

La section UNAFAM 64 est animée par 20 bénévoles

N° de tel unique pour tous les points d'accueil du département : **05 40 39 59 07**

- Des groupes de paroles et des ateliers prospectifs
- Des rencontres avec des professionnels
- Des représentations auprès de nombreuses instances médicales et sociales.
- Un bulletin d'information

Lu pour vous par Marie-Claude Rouquet ADOS EN VRILLE, MERES EN VRAC. Auteur : Xavier Pommereau



Elles sont six, six femmes qui racontent leur histoire : c'est Héléne et sa fille alcoolique, Nacéra et les fréquentations douteuses d'Antony, Elisabeth rejetée par sa fille adoptive Tania, Barbara effrayée par le comportement extrémiste et inquiétant de Coralie, Catherine et la tentative de suicide de Grégoire, Paola et l'anorexie de Noémie.

Chacune raconte les tensions avec son enfant adolescent. Mais, c'est peu à peu sa propre histoire qui se dévoile : relations avec sa mère, problèmes conjugaux mais aussi problèmes de société. Car chacune de ces femmes est confrontée au monde actuel et ses difficultés : la maladie, la question de l'identité, les banlieues, la place des jeux vidéos. Chaque cas est suivi de l'analyse du psychiatre.

Un livre très intéressant, même passionnant., loin du jargon psychiatrique, ancré dans le concret. Un hommage aussi à ces femmes courageuses qui se battent pour leur enfant. Les pères sont absents ou effacés. Les grands parents ont un rôle important dans un sens positif ou négatif. Xavier Pommereau rappelle l'importance de la parole, du dialogue (Il recommande l'UNAFAM !).

Un livre pour tous ceux qui ont ou qui ont eu des ados, parents ou grands parents.

Xavier Pommereau est psychiatre, responsable du Pôle aquitain de l'adolescent (centre Abadie) du CHU de Bordeaux. Il est l'auteur, entre autres, de *Quand l'adolescent va mal* et de *L'Adolescent suicidaire*

Sites Internet d'informations sur les médicaments

Réseau des pharmaciens des hôpitaux psychiatriques

Une fiche par médicament utilisé en **psychiatrie**.

Site pratique et simple. <http://www.reseau-pic.info/>

Ce site est indépendant des laboratoires pharmaceutiques



Responsable de la publication : Alain Rogez / **Ont participé à ce numéro :** Dominique Letamendia, Marie-Christine Iturrioz, Marie-Dominique Hochedez, Evelyne Darmana, Marie Claude Rouquet.

Prochain numéro : juillet 2015