

## Le nouveau carnet de route

### Sommaire

- 1— Carnet de route
- 2-3 Mais qu'arrive-t-il à notre ado ?
- 4— Le premier Conseil Local de Santé mentale en Yvelines
- 5— Maison des usagers de Sainte Anne
- 6— Au CMP de Rambouillet
- 7— Que de chemin parcouru ! Les maladies dépressives
- 8— Nous avons lu pour vous



### A ce numéro de Construire sont joints 2 exemplaires de notre nouveau « Carnet de route »

Ce «Carnet de route» a été conçu par une équipe de bénévoles des Yvelines. Il a été réalisé à partir de la rencontre de familles concernées par la maladie psychique d'un proche et des questions récurrentes qu'elles se posent. Il est destiné aussi bien aux parents inquiets du comportement de leur adolescent qu'aux familles confrontées brusquement à une bouffée délirante, une tentative de suicide ou tout autre comportement difficile, voire étrange. Or la plupart du temps les familles n'osent parler de leurs soucis, la maladie psychique restant encore taboue dans la société.

Il nous a donc paru important de rédiger ce carnet pour :

- \* rompre l'isolement de ces familles
- \* répondre à leurs interrogations
- \* les aider à orienter leurs démarches vers des professionnels compétents.

Les psychiatres qui l'ont lu considèrent que ce carnet leur sera très utile et sont d'accord pour le distribuer aux familles!

**Le Carnet de route est destiné à être distribué largement** : chacun connaît, dans son entourage, des familles concernées par les troubles psychiques d'un proche qui s'enlisent dans leurs problèmes, donnez-leur un exemplaire.

**Tous les adhérents de l'UNAFAM sont invités à le faire connaître autour d'eux** dans leur quartier, au CMP, chez leur médecin, leur pharmacie, leur cabinet d'infirmiers, de kinésithérapeutes, dans leur mairie, dans un lieu de culte, etc..

Nos partenaires sont aussi invités à en parler et à le distribuer (réunions diverses, salle d'attente, présentoir)

Aidez-nous à aider les familles : plus vite elles seront averties, plus vite elles sauront « faire face ».

N'hésitez pas à demander à Patricia Sicot, par mail ou téléphone, de vous envoyer des exemplaires supplémentaires.

### Voilà un challenge pour 2012 : à vous de jouer !

Nous serions heureux si vous pouviez nous faire part de vos réactions et de celles des personnes à qui vous aurez donné ce carnet.

Philippe Delaplanche - 01 34 62 86 99 - delaplanche@free.fr

Marie-France Sarreméjean - 01 39 52 16 31 - sarremejeanpmf@noos.fr

Vous êtes invités au spectacle **LONGUE HALEINE !**

*La difficulté des familles dans leur dialogue avec un proche malade psychique*  
par la Troupe *Entrées de jeu*

Judi 31 Mai à la salle Ravel 25 Avenue Louis Bréguet à Vélizy. Accueil 20 h  
Le spectacle (20h30) sera suivi par un pot amical avec les comédiens. Tarif 12 €



Connaissez-vous...

[www.unafam78.com](http://www.unafam78.com) le site de l'UNAFAM Yvelines

[www.mdp78.yvelines.fr](http://www.mdp78.yvelines.fr) le site de la Maison du Handicap



## Mais, qu'arrive t-il à notre ado ?

Adolescence, période de changement. Comment la comprendre ? Que faire quand des troubles nous interrogent ? Simple crise ou début d'une pathologie à prendre en charge ?

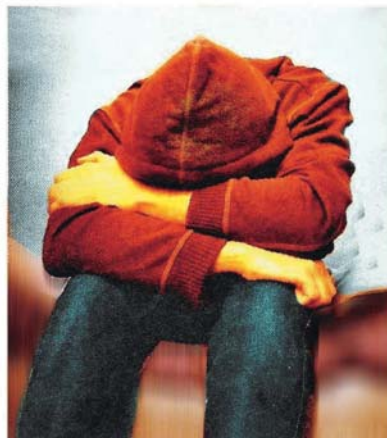
*"Cette période de vie est celle d'une découverte personnelle qui doit être vécue. Chaque individu s'y trouve engagé, dans une expérience, celle de vivre et dans un problème, celui d'exister."* Winnicot - 1962

Cette construction de la réalité nouvelle de l'adolescence s'opère en termes de lutte :

- Lutte pour se sentir réel, au moment de tous ces changements corporels liés à la puberté. Moments possibles de déstabilisation du sentiment de réalité et de tiraillement de l'identité.
- Lutte contre des moments "de cafard" dépressif, flux et reflux de l'estime de soi, sentiment de déception face à la réalité du monde confrontée à nos idéalizations !
- Lutte pour se faire reconnaître, qui explique les "petits coups de folie" de l'adolescent(e), comme tentative d'affirmation de soi, souvent liée à un sentiment d'injustice.

Les parents sont souvent sollicités par des demandes contradictoires, tantôt celles d'un jeune enfant, puis un peu plus tard celles d'un adulte, et à d'autres moments c'est un grand bébé qui a besoin de se sentir gratifié !

Ces troubles sont trop souvent mal connus et diagnostiqués tardivement, alors qu'un dépistage précoce améliore beaucoup les possibilités thérapeutiques et donc l'évolution clinique. Ce qui facilite le maintien de l'intégration scolaire et sociale, facteur fondamental dans le développement de l'adolescent. La Loi de 2005 sur la prise en charge du handicap imposant le maintien de la scolarité malgré les troubles, et donc une sensibilisation des enseignants, a grandement fait progresser le re-



pérage et la prise en charge des enfants et adolescents en difficulté.

### Données épidémiologiques

Une enquête de l'INSERM (2003) évalue entre 1 et 2 % les troubles psychiques de l'adolescence, recouvrant dans un ordre de fréquence décroissant les troubles anxieux névrotiques (incluant les TOC), les troubles dépressifs, l'hyperactivité, la schizophrénie, les troubles bipolaires, les troubles du comportement alimentaire (TDCA), et enfin les troubles envahissants du développement concernant plus la petite enfance (autisme) . Il s'agit plutôt de catégories diagnostiques, la symptomatologie variable et évolutive de l'adolescent ne permettant pas toujours de rentrer dans un cadre précis.

### Quels sont les signes qui peuvent inquiéter chez un ado ?

Ils sont multiples, non spécifiques, inquiétants par leur persistance :

- des troubles du sommeil persistants
- l'excitation, l'agitation
- le repli, la tristesse, la morosité
- des peurs diverses, des crises d'angoisse
- des idées noires, des idées suicidaires plus ou moins exprimées
- des conduites à risque, mises en danger plus ou moins conscientes des autres ou de soi-même, des conduites antisociales
- des préoccupations corporelles excessives difficiles à évaluer à cet âge
- des conduites de dépendance (alcool, cannabis, etc.) invasives
- des difficultés scolaires inhabituelles
- des troubles du comportement alimentaire.

Cette liste forcément incomplète nous montre que les signaux d'appel sont multiples, peu spécifiques; chacun d'entre nous se reconnaît dans certains d'entre eux. Le Pr. Widlocher écrivait en 1966 : *"Les conduites pathologiques de l'adolescent ne sont le plus souvent que la forme extrême, d'amplitude maxima, des conduites normales. Seul leur excès est pathologique, mettant en cause l'adaptation sociale, l'efficacité scolaire ou professionnelle. Mais elle ne signifie pas qu'il s'agisse d'une organisation*

*morbide de la personnalité. Celle-ci se manifeste par la rigidité, la stéréotypie de certains comportements et non par l'ampleur des réactions".*

### Comment réagir face à des signes aussi variés ?

Plusieurs points à souligner :

- l'adolescent est-il conscient ou non de ses difficultés ? Peut-on en parler avec lui ? Est-il demandeur d'une aide ?
- il s'agit d'une période de changement voire de crise certes, mais la personnalité antérieure de cet enfant, les épreuves qu'il a pu traverser sont à prendre en compte pour tenter de comprendre ce qui se passe actuellement.
- la gravité, l'acuité d'un trouble à cet âge, n'a pas valeur prédictive automatique d'une pathologie grave durable. Les possibilités d'évolution positive sont caractéristiques de cet âge.
- s'il est donc parfois difficile de distinguer le normal du pathologique, il est par contre important de reconnaître la souffrance de l'adolescent derrière ces différentes manifestations, en particulier si elles sont persistantes, si l'adolescent tend à s'isoler et à désinvestir ses activités habituelles.
- l'avis de ceux qui le côtoient est important : milieu scolaire ou professionnel, relations amicales ou sentimentales, encadrants des activités de loisir... Mais il ne faut pas non plus mener une investigation policière qui peut être stigmatisante pour lui !



### Comment dialoguer avec cet ado qui nous inquiète ?

Nous sommes d'abord renvoyés à nous-mêmes au même âge. Autres temps, autre éducation et pourtant que de similitudes.

Prenons-nous le temps de l'écouter ? Partageons-nous des activités ensemble ? Essayons-nous de mettre des mots sur nos désaccords ?

Y a-t-il des adultes avec qui il serait plus à l'aise pour se confier, dans notre famille, nos amis, son parrain, sa marraine ?

### Quelles démarches pour un avis médical, une démarche thérapeutique ?

- le *médecin de famille* est la personne relais principale, surtout quand il connaît notre enfant depuis longtemps. On peut déjà lui faire part de nos craintes, nos interrogations. Lui demander comment convaincre

un adolescent réticent de venir le rencontrer...

- le *pédiatre* qui l'a suivi est aussi un acteur important
- le recours au *SAMU* peut être justifié en cas d'urgence
- des *équipes d'intervention spécialisées*, type groupe ERIC encore peu nombreuses
- des lieux plus spécialisés, les *CMP*
- des *psychiatres ou psychologues libéraux*
- des *structures municipales* (Point Ecoute jeunes, Maison

des adolescents...)

- des *Associations* comme l'Ecole des Parents .

### Quelle relation ado-parents-professionnels ?

En reprenant brièvement ce qui est dit dans le Carnet de Route qui vient d'être édité par l'UNAFAM 78, le déroulement satisfaisant des soins éventuellement nécessaires passe par une relation satisfaisante entre ces trois partenaires ! L'ado a besoin d'un espace confidentiel. Les parents souhaitent un minimum d'informations sur le type de troubles, et l'évolution possible. Les professionnels, avec l'accord du patient, peuvent trouver un moyen de garder un lien avec ses parents, en passant éventuellement par des collègues. **Des entretiens familiaux, quand ils sont réalisables, sont souvent très enrichissants.**

*Terminons par cette phrase de Georges Bernard Shaw : « L'adolescence est l'âge où les enfants commencent à répondre eux-mêmes aux questions qu'ils posent ». Et c'est à ce moment là que nous nous posons de nouvelles questions sur eux !*

Dr. Jean Laviolle



---

Sur le thème *Détection précoce des troubles psychiques chez les adolescents* : voir dans Construire N° 47 de sept. 2007 le résumé d'une conférence pour l'UNAFAM par des spécialistes de l'enfance et de l'adolescence. On peut demander le scan de cet article à Patricia Sicot à l'Unafam 78, rue Hoche.

---



## Le premier Conseil Local de Santé Mentale en Yvelines :

un travail en réseau avec les acteurs locaux au service des personnes en situation de handicap psychique

### Pourquoi monter un CLSM ?

A St Germain-en-Laye et pour les communes voisines de Aigremont, Chambourcy, Fourqueux, Le Pecq et Mareil-Marly, constituantes du secteur 6 des Yvelines, c'est l'équipe de ce secteur qui en a pris l'initiative : il nous a paru évident que prendre soin des personnes pour des troubles psychiques nécessitait une démarche active vers les intéressés, directement ou indirectement.

Toute personne ayant eu à connaître la problématique de la maladie psychique, à titre professionnel, personnel ou familial, sait à quel point les mécanismes de déni ou de méconnaissance peuvent rendre l'accès aux soins laborieux et incertain. Dans bon nombre de cas, la personne touchée va témoigner de ses difficultés de façon étrange ou paradoxale dans des lieux autres que ceux dédiés à leur prise en charge : ainsi, services sociaux, voisinage, personnel municipal ou encore services de police sont amenés à recevoir des plaintes des personnes elles-mêmes ou de leur entourage, qui leur donnent à penser que cette personne souffre probablement d'un trouble mental.

La personne souffrante est loin de pouvoir toujours demander des soins ou de l'aide de façon habituelle. Or ce sujet de la maladie mentale et de ses particularités reste bien mal connu, il passe toujours très vite à la trappe, là où les maladies ou handicaps physiques sont bien acceptés et reconnus.

La maladie et la santé mentale, il faut faire l'effort d'en parler beaucoup pour qu'elles soient prises un peu en considération, alors que les personnes touchées sont volontiers stigmatisées.

**En créant le CLSM, nous avons voulu rendre ce sujet accessible voire attrayant :** par la mise en place de groupes de travail, puis du séminaire mensuel et des autres activités du CLSM comme un site Internet dédié à ces questions et aux ressources locales, un partenariat de terrain a commencé à se construire entre les acteurs les plus concernés



(élus locaux, professionnels du champ sanitaire ou social, associations d'usagers, forces de police...

Ainsi, ce sujet n'est plus refoulé au dernier rang des préoccupations de la collectivité, craintes et préjugés peuvent évoluer et les ressources locales peuvent être mieux connues et utilisées : le CLSM, c'est essayer de faire mieux avec ce qu'on a, et c'est tisser une trame de vigilance et d'assistance éventuelle à l'adresse des personnes souffrant de troubles psychiques et de toutes les personnes qui les entourent.

C'est un projet tout à fait conforme à l'esprit de la politique de secteur, engagée en France depuis une quarantaine d'années, et repris au début des années 2000 dans le Livre Blanc de la Psychiatrie Française, élaboré entre professionnels et usagers. C'est aussi l'esprit militant de la psychiatrie citoyenne, qui met l'accent sur l'engagement nécessaire de la collectivité pour sortir ces personnes de la position de stigmatisation et de relégation qui est souvent la leur.

Le CLSM a la lourde tâche de vaincre certaines résistances à la « transversalité » que tout un chacun recommande, mais qui reste antinaturelle pour de nombreux services.

Pour tout savoir sur ce CLSM, l'état de son fonctionnement et de son développement, n'hésitez pas à vous rendre sur son site Internet [www.cslm-psyveline6.org](http://www.cslm-psyveline6.org).

Merci à l'avance de vos commentaires sur cet outil primordial dans la dynamique du Conseil Local de Santé Mentale !

*Docteur Jean-Jacques Bonamour,  
psychiatre secteur 6 des Yvelines*

**CLSM** - Il s'agit pour nous, familles, d'un mode d'organisation locale pertinent pour améliorer la prise en charge globale - prévention, soins, rétablissement, accès et maintien dans le logement, accès aux droits - des personnes vivant avec des troubles psychiques. Il nécessite un engagement fort des élus et des soignants pour associer les acteurs de la cité : CCAS, pompiers, police, organismes HLM...

L'UNAFAM souhaite vivement voir cette démarche se multiplier sur notre département et y apportera toute son énergie.

Gérard de Vallois



## Maison des usagers de Sainte-Anne

La loi de Santé publique de 2002 a modifié les modalités d'accès à l'information médicale : les usagers et leurs proches bénéficient désormais d'une prise en compte étendue par les équipes soignantes. Dès 2003, la direction de Centre Hospitalier Sainte Anne (CHSA Paris) saisissait cette opportunité pour

créer la Maison des Usagers de Sainte-Anne. Une "Maison" similaire va s'ouvrir à l'hôpital Charcot de Plaisir; il nous a semblé intéressant de rencontrer les acteurs parisiens et de bénéficier de leur expérience de leur "Maison" de Sainte-Anne.

Dans le parc du Centre Hospitalier, la signalétique indique le kiosque à journaux, la bibliothèque, la cafeteria et ... la Maison des Usagers. Ces lieux de rencontre sont abrités dans un bâtiment de plain-pied ouvert à tous : patients, équipes soignantes, familles, visiteurs. Dans cette Maison m'ont accueillie Céline Loubières, coordinatrice et Marie-Claude, bénévole de l'UNAFAM.

La maison est un espace lumineux, propre et spacieux. Entourée par trois bureaux de réception, la grande salle d'attente héberge des présentoirs proposant toutes les plaquettes et autres publications mis à disposition par les associations représentées en ce lieu : Alcoologiques anonymes, France Alzheimer, ARTC, Autisme France, Epilepsie France, AFTOC, France Dépression, UNAPEI, FNAPSY, France AVC Ile de France, Schizo ?... Oui, ... et bien sûr l'UNAFAM.

Espace et temps de réception sont répartis selon les possibilités d'accueil de chaque association. L'emploi du temps, les coordonnées des associations sont mis à disposition de chaque bénévole. **L'objectif commun** est d'œuvrer pour faire connaître non seulement son association, mais toutes les associations pouvant apporter un soutien adapté à l'utilisateur. Nul visiteur accueilli ne doit quitter les lieux sans avoir été renseigné, même à minima, dirigé vers l'association répondant à son attente. De même, toute demande téléphonique bénéficie d'une écoute bienveillante. Céline ou un bénévole informe l'appelant et le met en relation avec l'association qui correspond au besoin énoncé ou perçu. Si besoin, elle le fait rappeler par cette association. Ici le téléphone n'est pas un objet de pouvoir mais un outil de communication, de prise en charge. A ce titre, il est à la disposition de chacun.



La coopération est effective et agit comme un stimulant. Les bénévoles ont visiblement plaisir à se retrouver, à échanger, à s'entraider. Sans doute les épreuves traversées les inclinent-elles à estimer l'autre, à donner et recevoir sans plus de formalité.

Pour faciliter le partenariat entre usagers, hôpital et mairies de quartier, **une charte commune** a été validée par les partenaires initiaux. **Une convention de partenariat** a été signée entre les associations accueillantes et l'hôpital. **Un comité de coordination** gère le fonctionnement de la Maison, auditionne les associations qui souhaitent s'y installer. Tous les deux mois, en présence de Céline, **une réunion inter-associations** permet de maintenir la synergie entre elles, de définir des besoins de formation continue pour les accueillants. Après l'entretien, cha-

que bénévole remplit **une fiche d'évaluation** succincte; cela permet d'estimer les évolutions des demandes, et plus tard de rédiger un rapport d'activité annuel.

Deux personnes s'investissent sans compter dans le fonctionnement de ce dispositif innovant, Céline Loubières, coordinatrice, et Aude Caria, responsable; sans elles, il ne pourrait pas fonctionner aussi bien.

Marie-Claude, riche de son expérience dans un service social et d'une longue pratique de l'écoute téléphonique assure les permanences UNAFAM en alternance ou en co-animation avec Marie-France, ancienne infirmière. Bien que les relations avec les équipes soignantes soient restreintes, Marie-Claude signale qu'un nombre non négligeable de personnes hospitalisées ou de proches leur est adressé par les services hospitaliers, voire par des médecins libéraux. La situation de la Maison des Usagers dans un lieu de vie favorise les rencontres fortuites. Parfois les bénévoles ont à renseigner sur les démarches à accomplir, par exemple, lorsque l'hôpital rend à la famille un adolescent ayant eu un comportement dangereux. Entretiens certes difficiles, mais ô combien utiles et réconfortants pour les familles.

**Bientôt, un lieu semblable va voir le jour à l'hôpital Charcot à Plaisir. Les bénévoles UNAFAM 78 y accueilleront les patients ou leurs proches et auront un rôle capital d'écoute et de représentation de notre association. N'hésitez à proposer votre participation. Céline comme Marie-Claude sont prêtes à échanger avec nos bénévoles, tant pour mutualiser les acquis que pour découvrir les spécificités de chaque dispositif. Qu'elles soient ici remerciées de leur accueil chaleureux et de leur disponibilité**

Marie-Claude Charlès





## Je suis allé à la rencontre de l'équipe d'un CMP



Au Centre Montaigne, j'ai été accueilli un beau matin ensoleillé de mars, par l'équipe du **Centre Médico Psychologique Adultes (CMP) de Rambouillet**, réunie autour du docteur Omnès, psychiatre, et de Mme Abiven, cadre de santé. Je souhaitais comprendre les motivations et actions d'une équipe de professionnels de terrain.

L'ensemble Montaigne associe aux côtés du CMP un hôpital de jour et un Centre d'Accueil Thérapeutique à temps Partiel (CATTP). Il dessert Rambouillet et tout le sud des Yvelines, dans le cadre du secteur G 16 de

l'hôpital Charcot.

Chaque année environ 1.500 personnes viennent ici recevoir des soins. La population accueillie comprend les personnes affectées de pathologies psychiques avérées et toutes celles souffrant de troubles et dépressions dus aux accidents de la vie ; ces dernières sont en constante augmentation au cours des années. Le CMP a tissé des liens forts :

- avec la mairie de Rambouillet et les travailleurs sociaux pour une prévention de la délinquance,
- avec les infirmières scolaires en soutien à la compréhension des problématiques des jeunes,
- avec des éducateurs de rue et des travailleurs sociaux en soutien parental et détection des pathologies.

Dans ce CMP, une grande stabilité de l'équipe a permis de créer des liens étroits au cours du temps et de travailler en confiance avec tous les acteurs internes et externes.

Les malades psychiques ont chacun un infirmier CMP référent ; ils l'ont rencontré dès avant la sortie de l'hôpital.

Chaque semaine, l'équipe se réunit une fois en interne et une fois avec le collectif soignant - CATTP, hôpital de jour -, pour construire en commun le projet d'accompagnement de chacun, avec un seul objectif : établir et conserver le lien, assurer une stabilisation, et développer un mieux être.

Le soutien psychologique s'efforce d'aller interroger les repères internes de la personne en creusant dans ses émotions et son histoire.

Chaque fois qu'il est possible, des thérapies individuelles ou de groupes sont proposées pour permettre de se réapproprier son corps, relier le corps et l'esprit, se resocialiser. Pour ce faire, infirmiers, psychologues et psychomotriciennes utilisent des outils de méditation, relaxation, théâtre, travail « *entre-deux* », corps et esprit.

Ici, on prend le temps de recevoir la famille pour construire quelque chose, en tenant compte de sa capacité à "entendre" les enjeux et de son niveau d'engagement dans le soin.

Mais la force de l'équipe, c'est aussi de s'entraider à porter les arrêts des traitements par des malades ; c'est savoir parfois différer des demandes pour sauvegarder la santé de professionnels trop sollicités.

Je suis reparti ragaillard par le dynamisme et la cohésion d'une équipe de professionnels soucieux du "prendre soin" des personnes.

Gérard de Vallois







## Groupe de parole : Que de chemin parcouru !

Je fais partie avec mon épouse d'un Groupe de parole à l'UNAFAM depuis quelques années ; deux heures une fois par mois, se réunissent une dizaine de personnes ayant un fils, une fille, une sœur ou un conjoint malade psychique. Depuis la première séance où j'ai exposé, la gorge nouée, la situation et les tribulations de notre famille face à la maladie de notre fils, que de chemin parcouru. Comment s'y retrouver face à cette maladie multiforme, face à un système hospitalier et à un milieu médical bien particulier, comment sortir de l'isolement où vous enferme la honte ressentie et le regard parfois condescendant ou narquois des autres, qui appeler à l'aide en cas d'urgence ? ...

Que d'exemples de courage, de ténacité, de ruse, d'humour parfois, sont opposés aux moments de

faiblesse, de questionnements, d'incertitude, de souffrance.

En temps que couple, nous pouvons exprimer devant le groupe, un ressenti de notre expérience commune que nous n'exprimons pas toujours ainsi entre nous, et qui parfois surprend l'autre ; c'est l'occasion d'un bilan émotionnel et affectif dans l'évolution de notre famille.

La psychologue autour de laquelle nous nous réunissons n'hésite pas à parler net, pour conseiller, ajouter des explications plus techniques sur la maladie, donner une adresse de médecin ou d'association, ou pour redonner courage.

Oui, grâce à ces moments d'échange, que de chemin parcouru !

*Un participant d'un Groupe de parole des Yvelines*



## Les maladies dépressives



*"Nous avons dû nous séparer!"... "J'ai trop travaillé !"... "Personne ne veut m'embaucher!"... "J'ai raté tous mes examens !"... ""On m'a annoncé une tumeur"... "Je ne sais plus pour quoi je vis !"... "De toute façon je suis trop laide et comme je suis, personne ne m'aimera !"... "J'ai été convoquée pour un entretien de licenciement" "Je viens de perdre ma femme"...* Les occasions de déprimer sont multiples dans notre société du XXI<sup>e</sup> siècle, une société individualiste dans laquelle chacun se retrouve, hélas, tellement seul face à son destin.

Et puis il y a le destin de nos proches, notre enfant qui vient de se séparer, notre frère qui a toujours déprimé, notre sœur qui se renferme, notre petite-fille qui échoue partout.... Comment les accompagner quand "ça ne va pas" ? Il a fait une tentative de suicide : quel dialogue puis-je avoir avec lui ? Quelle attitude pour le soutenir ? Quelles questions éviter ?

Ce que nous a exposé le Dr Thierry Brenot le soir du 2 Février à Chatou était tellement important pour beaucoup d'entre nous, et tellement clair, que l'équipe CONSTRUIRE a jugé bon de demander au Dr Jean Laviolle, qui fait partie de notre équipe, de le mettre par écrit.

Et comme cet écrit méritait de rester détaillé et durable, nous l'avons inséré dans un encart de 4 pages que vous trouverez ci-joint. Le peintre norvégien Edvard Munch a été marqué presque toute sa vie par la dépression, ce qui apparaît dans beaucoup de ses tableaux qui nous parlent tant. C'est à ces tableaux que nous avons fait appel pour illustrer cet exposé.



*Un grand merci à Thierry Brenot de nous avoir autorisés à rendre compte de son exposé.*

Propos recueillis par Xavier Mersch





**Nous avons lu POUR VOUS**

Ces livres sont disponibles dans votre bibliothèque rue Hoche

## La souffrance des adolescents

Professeur Philippe Jeammet - Docteur Denis Rochereau  
La Découverte 2007 16 €



Pas facile d'être parents d'un adolescent ou d'une adolescente ! Il s'oppose à nous, s'isole, nous provoque, a des conduites à risque, manque d'envie, .... Pas facile de savoir quoi faire. Attendre patiemment "que jeunesse se passe" ? Nous inquiéter des signes d'alerte ?

"Souffrance", un mot flou pour exprimer son "mal-être", son "malaise" à certains moments devant la mutation

douloureuse, tumultueuse, qu'il vit. Un âge "contradictoire où le rejet de l'adulte est à la mesure du besoin qu'on en a".

L'adolescent nous provoque pour être reconnu, ou contenu. Oui, mais s'il commence à s'enfermer dans un comportement qui dépasse l'expression d'un mal-être, qui lui fait du mal, nous ne pouvons plus rester les bras ballants. Que faire alors ? Attendre que jeunesse se passe ? S'inquiéter ?

*La souffrance des adolescents* est solidement construit pour aider à se poser ces questions :

- l'adolescence : les deux pédopsychiatres décrivent l'adolescence plus par ses questionnements que par ses richesses (mais tel n'est pas l'objet de ce livre), les fragilités des "ados", la relation des parents avec les adolescents. Selon eux, c'est "une fonction à réinventer", ce qu'ils font avec bonheur dans "Dix suggestions pour être des parents suffisamment bons".

- l'adolescent qui commence à aller mal : les signes d'alerte, ce qui se passe dans sa tête, les troubles qui peuvent émerger (addictions, anorexie, dépressions, ...)

- l'accompagnement de l'adolescent : par les soins psychiques et médicamenteux, par les structures (CMP...), par la famille (son bouleversement, le rôle des frères et sœurs, la protection juridique).

L'UNAFAM a collaboré à l'édition de ce livre sur la façon dont, comme parents, nous pouvons accompagner nos adolescents, même lorsque leur parcours de vie devient difficile. Un livre de base pour ces parents.

Xavier Mersch

On peut acheter ce livre à notre Délégation, 13 rue Hoche

## Les enfants au carré ?

**Une prévention qui ne tourne pas rond !**

Le Collectif pas de 0 de Conduite

Eres 12€



Cet ouvrage présente les actes du colloque organisé par le Collectif « Pas de 0 de conduite » en juin 2010. Les auteurs, d'horizons professionnels variés, s'intéressent tant à l'enfance qu'à la société. Courant 2010, certains politiques souhaitaient, par le biais d'évaluations répétées, transformer les professionnels de la petite enfance

en « Nostradamus » capables de détecter les « graines de violence » de moins de 36 mois. Dès sa constitution, le Collectif s'opposa à cette volonté de prévention prédictive.

Comme toute proposition politique, cet ouvrage est **polémique**. Pour ma part, j'apprécie que Parazelli rappelle l'importance du **doute** comme ferment de la connaissance scientifique; cela sous-tend une réflexion sur les conséquences à long terme des actions entreprises.

Tisseron prône la pratique régulière du jeu de rôle dit « jeu des 3 figures » dès la maternelle. Ainsi, l'enfant **agresseur ou victime**, avec l'**aide bienveillante** de l'adulte, ne reste pas prisonnier de son personnage. Million préconise « les ateliers philo à l'école ». En exprimant leur pensée ensemble, les enfants donnent sens aux mots, développent leurs capacités cognitives, apprennent à **dire à l'autre**, à **l'écouter**, à **tenir compte de sa pensée**. Ils **construisent leur pensée en découvrant qu'ils pensent**.

Bref, le collectif recommande **une prévention prévenante** à l'égard de nos enfants.

Marie-Claude Charlès

**Accueil Famille : 01 39 49 59 50**

**Bulletin de l'UNAFAM Yvelines** - 13 rue Hoche, 78000 Versailles  
Téléphone : 01 39 54 17 12 - E-mail : 78@unafam.org - Site Internet : ww.unafam78.com

Directeur de la publication : Philippe Delaplanche  
Equipe de rédaction : Marie-Claude Charlès, Jean Laviolle, Xavier Mersch, Gérard de Vallois  
Maquette : Mireille Boutillon