



# Les troubles psychiques parlons-en ensemble

**Novalaise le 17 mars 2017**

**UNAFAM**

**12, Villa Compoint**

**75017 PARIS**

**Tel : 01 53 06 30 43**

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

**UNAFAM73**

**67 rue Saint François de Sales**

**73000 CHAMBERY**

**Tel: 09 66 87 91 54**

**Site: [unafam73.wifeo.com](http://unafam73.wifeo.com)**

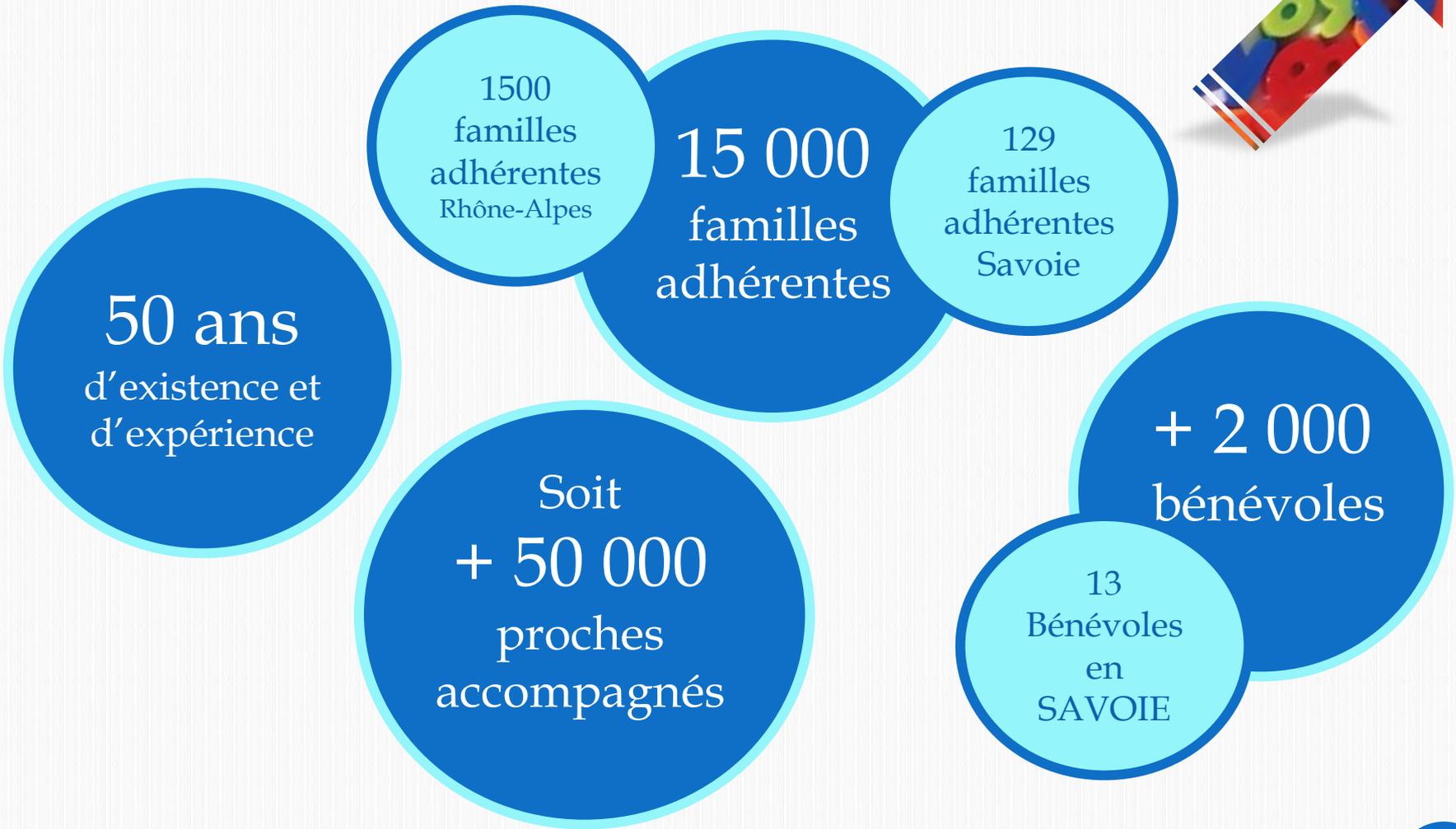
# QU'EST-CE QUE L'UNAFAM ?

- Une Association nationale
- Créée en 1963
- Reconnue d'**Utilité Publique**
- Rassemblant les familles et les amis confrontés à la maladie psychique d'un de leur proche



L'UNAFAM: UN PARTENAIRE INCONTOURNABLE  
SUR L'ENSEMBLE DU TERRITOIRE

# L'UNAFAM EN CHIFFRES



L'UNAFAM: UNE ASSOCIATION DE PROXIMITÉ  
POUR LES FAMILLES

# MIEUX DISCERNER LE HANDICAP PSYCHIQUE



	<b>Handicap mental</b>	<b>Handicap Psychique</b>
<b>Epoque d'apparition</b>	Conception ou naissance	Adolescent ou jeune adulte
<b>Capacités intellectuelles</b>	Déficiences durables	Le plus souvent conservées mais utilisables de manière variable
<b>Traitements médicaux liés au handicap</b>	Peu fréquents	Indispensables
<b>Variabilité</b>	Grande stabilité	Evolutions fréquentes

# QUELQUES PERCEPTIONS DES MALADIES PSYCHIQUES & LEURS MOTS



UNAFAM 73

- Psychoses
- Névroses
- Dépansions
- Addictions
- ...

# DES MOTS POUR DIRE LES MAUX DES MALADES ...

**UNE SOUFFRANCE INDICIBLE ET INCOMMUNICABLE**

Angoisses

Errance

Stigmatisation

Solitude

Incohérence

Vulnérabilité

Insécurité

Discordance

Hallucinations

Détresse

Souffrance

Indétermination

Etrangeté

Fatigue

Agressivité

Déconnexion

Variabilité

# Les Manifestations du Handicap Psychique

Le handicap psychique s'exprime dans de nombreux domaines de la vie

- - **Domaine de la compréhension**
- - **Domaine des relations**
- - **Domaine professionnel**
- - **Domaine de l'identité personnelle**

# Les Manifestations du Handicap Psychique

## Domaine de la compréhension

- Altération des repères de temps et d'espace ( horaires, déplacement, orientation)
- La vitesse de compréhension est ralentie : décalage entre compréhension, réaction, exécution.
- Oubli des consignes
- Concentration parasitée, difficile à maintenir
- Erreur dans l'exécution des tâches

# Les Manifestations du Handicap Psychique

## Domaine des relations

- Difficultés
    - à faire des démarches autonomes,
    - à entrer en relation,
    - à repérer les fonctions hiérarchiques,
    - Isolement,
    - à s'intégrer,
- Mais aussi :
- Dévalorisation de soi,
  - Difficulté d'intégration, familiarité ou indifférence,
  - Tenue, langage inadaptés

# Les Manifestations du Handicap Psychique

## Domaine professionnel

- Lenteur, faible rendement, productivité réduite,
- Difficultés à commencer un travail de manière autonome,
- Oubli des consignes, des procédures,
- Troubles de la coordination, tremblements
- Endurance réduite, fatigabilité

# Les Manifestations du Handicap Psychique

## Domaine de l'identité personnelle

- Il sous ou surestime ses compétences, manque de confiance en lui, insatisfait, sentiment d'échec,
- L'image dévalorisée de soi se reporte sur le travail en entreprise
- L'anxiété, la peur des autres engendre le repli sur soi ou la monopolisation de la parole,
- Hypersensibilité au changement, difficulté ou impossibilité à changer,
- La fuite, l'erreur, l'instabilité, un comportement en dents de scie, la décompensation font aussi partie de leur problématique

# Comprendre les comportements

- 1 - Il a des hallucinations
- 2 – Il est angoissé
- 3 – Il oublie tout
- 4 – Il n’a plus de projet
- 5 – Il se néglige
- 6 – Il se renferme
- 7 – Il a un comportement violent

# Il a des hallucinations

## Évitez de :

- Le contredire brutalement,
- Dénigrer sa façon de voir
- Imposer votre interprétation

## Efforcez- vous de :

- le respecter jusqu'à accepter qu'il ne puisse admettre de suite la réalité
- Lui dire : « vous êtes en droit de penser cela, sur ce point je pense différemment
- Faire des propositions sans les imposer, la personne doit faire sa propre expérience.

# Il est angoissé

- **Évitez de :**
  - porter un jugement sur les angoisses en les minimisant, les dévalorisant
- **Efforcez-vous de :**
  - Prendre en compte les angoisses dans la construction des projets
  - L'inciter à chercher des activités adaptées
  - Établir une relation de confiance
  - Proposer des repères fixes, réguliers et rassurants

# Il n'a plus de projet

- **Évitez de :**
  - Faire des reproches
  - Comparer à d'autres personnes
  - Vouloir à tout prix lui trouver des occupations
- **Efforcez-vous de :**
  - lui conseiller de programmer ses journées, repères fixes, réguliers
  - Devant des demandes inappropriées, décalées orienter vers la personne qualifiée

# Il se néglige

- **Évitez de :**
  - répéter toujours les mêmes conseils, pour la personne malade cela peut être ressenti comme du harcèlement,
  - Prévoir des rendez vous en début de matinée
- **Efforcez-vous de :**
  - Accepter que l'apparence ne soit pas prioritaire,
  - Le laisser libre en négociant des limites,
  - Faire preuve de patience sans tout laisser faire,
  - Créer un climat rassurant

# Quand vient la crise

- Lors d'une crise, le sujet est insensible à tout raisonnement et généralement, refuse les soins
- L'attitude de son entourage revêt alors une importance capitale

# Quand vient la crise (2)

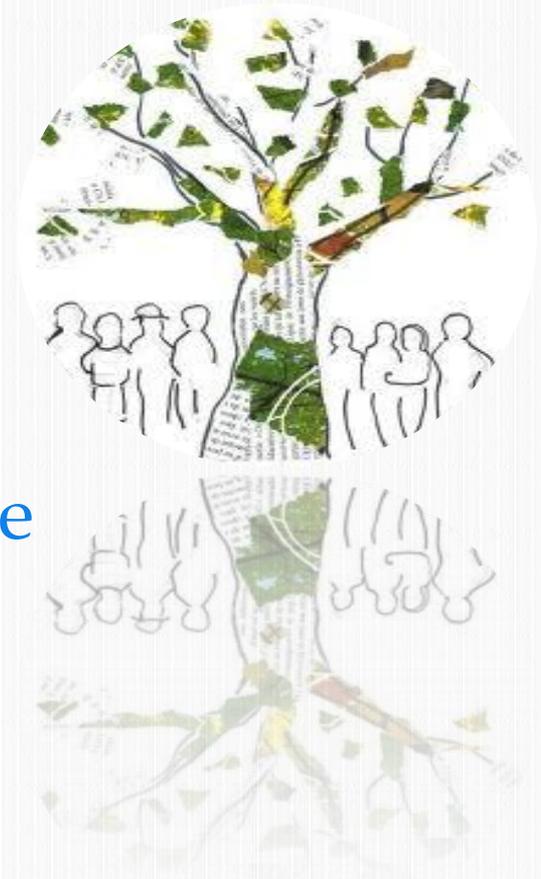
- **Ce qu'il ne faut pas faire :**
  - Recourir à la ruse sauf s'il n'y a vraiment pas d'autres solutions,
  - Crier,
  - Se tenir au dessus ou trop près du malade
  - Le regarder avec trop d'insistance,
  - Formuler des critiques,
  - Bloquer la sortie
  - Discuter devant le malade avec d'autres personnes de ce qu'il convient de faire

# Quand vient la crise (3)

- **Ce qu'il faudrait faire :**
  - s'efforcer de demeurer calme,
  - Éteindre la radio, la télévision,
  - Si besoin, faire sortir les autres personnes,
  - S'exprimer clairement sur un ton normal,
  - fermeté sans autoritarisme
  - Veiller à ce que le malade sente que son espace n'est pas menacé,
  - Le proche ne doit pas hésiter à exprimer son inquiétude, à dire que ça le dépasse et qu'il faut appeler le médecin
  - Si danger : tel au 18 ( pompiers) – 17 ( police)  
15 et demander les urgences psychiatriques.

# VOUS & NOUS: LES ATTITUDES QUI AIDENT

- Ecoute
- Patience
- Calme
- Fermeté sans autoritarisme
- Humanité
- Compréhension
- Respect de l'autre



UNAFAM 73

- ⇒ VISER L'APAISEMENT
- ⇒ S'EFFORCER DE GARDER SON CALME
- ⇒ REDUIRE LE STRESS



# **Vous et Nous : ensemble pour construire une alliance**

**« Vous ne les connaissez que comme  
malade ! Mais n'oubliez pas :**

- ❖ ces malades ont eu une vie riche avant la maladie,
- ❖ ils doivent, eux et leurs proches, en faire le deuil : rien ne sera plus jamais comme avant,
- ❖ un potentiel existe toujours sur lequel on peut reconstruire »

# LES ATTENTES DES FAMILLES

- Etre écoutées - être entendues
- Etre conseillées, orientées , aidées et accompagnées
- Etre mieux informées sur la maladie
- Etre reconnues comme un partenaire à part entière
- Rencontrer d'autres familles et ne plus être isolées
- S'offrir des temps de répit



# LES SERVICES PROPOSES PAR L'UNAFAM

Permettent aux adhérents et bénévoles  
de chaque délégation de  
retrouver confiance et estime de soi afin  
de ne plus subir et d'agir ensemble

UNAFAM 73

235 participants

Groupe de parole

50

Réunions amicales

30  
rencontres

Réunion Familles  
Professionnels

+ 3 000

Accueil

prospect

72  
bénéficiaires

DES PERSONNES QUI AVANCENT AU BENEFICE DE TOUTE  
LA FAMILLE ET DES PROCHES



# LES MISSIONS SOCIALES DE L'UNAFAM

**SOUTIEN DES FAMILLES  
PAR L'ECOUTE, L'ACCUEIL  
ET L'INFORMATION**

**SOUTIEN DES FAMILLES  
PAR LA FORMATION ET  
L'ENTRAIDE**

**UNAFAM**

**DESTIGMATISATION ET  
DEFENSE DES INTERETS  
COMMUNS**

**RECHERCHE ET  
INNOVATION DANS LES  
PRATIQUES DE SOINS ET  
D'ACCOMPAGNEMENT**

# L'UNAFAM

## SES CHAMPS D' ACTIONS



- **Accueillir, former et accompagner** les familles dans la durée
- **Représenter** les usagers patients et les usagers familles, défendre leurs intérêts
- **Promouvoir** les structures d'accueil et les services d'accompagnement indispensables
- **Sensibiliser** tous les acteurs concernés de près ou de loin par la maladie et le handicap psychique
- Permettre à Chacun de porter « **un autre regard** » sur les personnes en fragilité psychique et leurs proches

# *MERCI DE VOTRE ATTENTION*



Maison des Associations  
67, rue St François de Sales  
73 000 CHAMBERY  
Téléphone : 09 66 87 91 54

Courriel : [unafam73@orange.fr](mailto:unafam73@orange.fr)

Site internet : [unafam73.wifeo.com](http://unafam73.wifeo.com)