

Sommaire

Edito	01
A propos de l'Espace Malibran	02
Hommage	03
Quelques mots à propos des groupes de parole de Bruxelles-Centre ...	04
Le champ du spirituel	08
Agenda	11
Invitation conférence	12
Invitation drink du nouvel an	13
Résumé conférence :	
« Communication et psychoses »	14
Collecte de cartouches	19
Appel aux candidats « membre effectif »	20
Aidez-nous, à mieux vous aider	21

Similes

C'est avec l'accord des intervenants que les textes qui suivent reprennent les témoignages, les questions, les remarques, et quelques idées développées par les familles présentes aux groupes de parole.

Les articles signés n'engagent que leur auteur.

Edito

Noël a été une période où le sens de la lumière, de la fête, de la paix, de la fraternité, des cadeaux a été prioritaire. Qu'en reste-t-il ?

Nous voilà repartis vers une nouvelle année avec ses espoirs, ses projets, mais où les valeurs humaines devraient rester bien présentes.

Nos locaux se trouvent intégrés dans l'Espace Malibran qui héberge une série d'initiatives résolument tournées vers les besoins sociaux des personnes fragilisées.

Le souci de ceux qui vivent des moments difficiles reste notre priorité ! Nous voulons continuer à mieux informer, à mieux vous épauler.

Consultez de temps à autre notre site www.similesbruxelles.be où vous trouverez des renseignements intéressants.

Aidez-nous à l'améliorer par vos suggestions.

Merci.



Dès à présent, un bon début d'année et d'heureux moments en 2010.

Simone Schelstraete
Coordinatrice

A propos de l'Espace Malibran

Du nom d'une célèbre cantatrice, le site était au départ une maternité. A partir des années 80 l'Espace s'est reconverti. Une maison de repos et de soins y a vu le jour. Aujourd'hui la maison de repos gérée par l'asbl ACIS est en pleine rénovation.

Lors de la reconversion les responsables ont voulu que le site accueille des services de proximité, une longue liste d'acteurs de la santé et du social y ont élu domicile, à l'invitation de la Mutualité Saint-Michel.

Nous y trouvons entre autres :

Une polyclinique, un centre dentaire, un atelier de formation par le travail avec son restaurant d'application (ARPAIJE), un service d'aide et de soins à domicile (ASD), un centre PMS, l'asbl Proximité santé, ... et d'autres.

Nous occupons aussi une place dans ce site c'est-à-dire Similes Bruxelles et Fédération Similes.

Tous, nous œuvrons pour aider les personnes en difficulté et chacun a un rôle bien spécifique.

Hommage à Patrice Lannoy

Patrice Lannoy est décédé en décembre 2009 à l'âge de 65 ans.

Cette personne est à l'origine de Similes.

Pourquoi ?

En effet, sa maman soucieuse d'aider ceux qui étaient confrontés comme elle à la maladie psychique d'un proche a créé cette association.



Voilà plus de quarante ans que se poursuit son travail puisque Similes continue à être au service de tous ceux qui souffrent de troubles psychiques et de leurs proches.

La solidarité est un mouvement qui apporte beaucoup de sens dans un parcours de vie.

Quelques mots à propos des groupes de parole de Bruxelles-Centre ...

Tout d'abord, comme la tradition l'exige, je vous souhaite à tous une très bonne année 2010.

Une nouvelle année est toujours l'occasion de faire un bilan de l'année écoulée. En ce qui concerne les groupes de parole de Bruxelles-centre, nous sommes toujours ravis et touchés d'accueillir les participants, mais nous notons toutefois une relative baisse de fréquentations. Nous en sommes encore actuellement au stade du questionnement concernant ce fait, et nous espérons y trouver rapidement des réponses.

A ce propos, notre rencontre festive du 23 janvier nous permettra sans doute d'échanger à ce sujet.

Comme vous le savez, ce groupe est un lieu d'échange de paroles, échange d'histoires, échange d'informations.

Lors d'un des derniers groupes de l'année 2009, une participante nous faisait partager ce qu'elle avait retenu d'une précédente conférence qui avait entre autre pour sujet la vie avec un proche souffrant de psychose. En quelques lignes, elle nous faisait partager ce qu'elle en avait retenu...

Le conférencier expliquait que dans la mesure du possible il faut prendre l'individu souffrant « là où il est », c'est-à-dire essayer de faire avec lui au jour le jour selon son état d'esprit du moment, sans en attendre plus.

D'autres conseils étaient d'être très propositionnels avec lui et de rester très humble, d'être attentif à ne pas mettre le malade dans une position infantilisante.

Cette participante nous a également transmis un point qu'elle applique déjà depuis longtemps et qui lui paraît essentiel : ne pas se perdre. Il est essentiel de rester ancré sur soi-même, pour soi et afin d'apporter une stabilité, un repère supplémentaire au malade.

Cette dame exprimait notamment le fait que lorsque son fils se sent attaqué, il est très agressif et en vient aux insultes. Sa réaction à elle est de s'enraciner, de puiser dans sa connaissance du Tai-chi pour supporter tout cela.

Elle explique par ailleurs qu'elle consulte un psychiatre depuis bientôt 3 ans, pour elle, mais que c'est le même médecin qui soigne son fils. Elle a donc un contact avec le psychiatre de son fils, ce qu'elle trouve rassurant.

Une autre participante nous fait partager son histoire. Sa fille de 24 ans souffre de troubles psychotiques. Les troubles ont commencé lorsqu'elle avait 16 ans. Cette dame nous explique qu'elle ne comprend pas ce qui a pu se passer, elle décrit sa fille comme ayant été « le rayon de soleil de la maison », toujours de bonne humeur.

Les premiers symptômes qu'elle a pu percevoir chez sa fille étaient un changement d'attitude, un retrait progressif. Cet émoussement des émotions était en contradiction avec l'hypersensibilité que sa fille manifestait durant son enfance.

Lors du premier épisode psychotique elle s'est rendue compte que sa fille délirait et l'a emmenée chez un psychiatre qui lui a directement administré le bon neuroleptique. Malheureusement, comme sa fille allait mieux au bout de six mois, le psychiatre a fait arrêter le

médicament, ce qui s'est avéré être un arrêt un peu trop rapide.

D'autres épisodes se sont succédés avec des hospitalisations « catastrophiques » et cette dame s'interroge sur les soins psychiatriques en Belgique.

Elle a notamment entendu beaucoup de bien de la vision psychiatrique des Suisses (Genève). Elle a l'impression qu'ils sont moins défaitistes par rapport à l'évolution de la maladie et mettent en place des programmes de réinsertion psychosociale avec l'aide de l'entourage du patient.

De plus, ce qu'elle trouve non négligeable c'est qu'en Suisse, les proches ont des contacts avec les psychiatres car ceux-ci estiment que la confiance avec quelqu'un qui souffre de psychose est toute relative.

En attendant, malgré le fait que sa fille est stabilisée à présent, qu'elle prend son traitement et continue notamment des études artistiques, cette dame explique qu'elle se sent en deuil. Elle parle de deuil blanc, qui est un processus de deuil qui se déroule chez les proches alors que le patient est toujours en vie.

Elle exprime qu'elle a l'impression de devoir faire face à une succession de deuils, le plus important étant celui de la relation qui existait entre elle et sa fille avant la maladie.

« Les psychotiques perçoivent les choses différemment de nous... Ce n'est pas la même réalité ».

Il semble que pour une troisième participante venant régulièrement, les choses progressent car son fils attend une place promise par le CPAS, qui le fera, elle l'espère, sortir de l'inertie dans laquelle il s'est enlisé. Cependant,

elle continue à craindre pour lui car le père est très malade et elle ne sait pas comment ils vont pouvoir gérer la maladie tous les deux. De plus, elle a peur du comportement que son fils pourra avoir dans ce nouveau travail.

Nos pensées vont également à une maman d'un fils de 40 ans qui, même si un diagnostic clair n'a jamais pu être établi, souffre d'un mal de vivre ancré au plus profond de lui-même qui l'amène régulièrement à flirter avec la mort. Nous admirons le courage de cette dame qui mène un combat difficile.

Beaucoup de souffrances donc pour ces participants pour lesquels nous espérons que ce lieu d'échange et de parole apporte un peu d'aide et de réconfort en ces moments difficiles. N'hésitez pas à venir exprimer vos vécus, l'entraide est présente tout au long de l'année au sein des groupes Similes...

Johanne Deklippel
Animatrice du groupe
de Bruxelles-centre

Le champ du spirituel

Proche d'une personne souffrant de troubles psychiatriques, nous savons combien les préoccupations religieuses traversent souvent l'esprit de nos patients (voix, hallucinations visuelles, messages à transmettre, ...) d'autre part leur souffrance mentale les ouvre aussi à une quête de sens, de valeurs, ils cherchent un réconfort et s'interrogent sur des questions existentielles comme la mort, l'amour, le mal, la culpabilité. Ils s'intéressent à des phénomènes paranormaux et ésotériques.

Ce vaste domaine que nous pourrions appeler le champ du spirituel est essentiel aux humains que nous sommes et selon les anthropologues il existe dans toutes les cultures et traditions.

Il est dès lors assez normal de trouver son expression accrue dans les lieux de plus grande vulnérabilité que sont les hôpitaux et spécialement en psychiatrie.

Toutefois, cette dimension spirituelle, principalement dans ses manifestations religieuses n'est pas toujours « en odeur de sainteté » ni bien entendue en psychiatrie ; elle provoque parfois un malaise chez les soignants. Il faut bien reconnaître que certaines interprétations du « message religieux » renforcent la névrose et la psychose. Les soignants s'interrogent à juste titre face aux pathologies mentales autour du « religieux », autour des représentations d'un Dieu écrasant ou infantilisant justifiant retrait social, scrupules, dolorisme : un Dieu qui aimerait nous voir souffrir,

réprimerait la sexualité et le plaisir, obligerait à certaines pratiques etc.

Une certaine éducation religieuse et morale a blessé bon nombre d'entre nous par le passé et les conséquences s'en font encore ressentir mais ne serait-il pas possible aujourd'hui de dépasser les préjugés ? Bien des recherches ont été menées en théologie, en exégèse et se poursuivent dans un dialogue fécond et dynamique entre science et foi. Les responsables de la pastorale de la santé proposent aux intervenants des équipes d'aumônerie des formations précises dans ces domaines. Les équipes pluralistes qui se développent et ont en charge l'animation spirituelle dans les hôpitaux s'articulent de plus en plus avec les soignants dans des lieux de supervision où les dimensions propres à la psychiatrie et aux expressions de la foi peuvent se confronter, s'éclairer et s'enrichir mutuellement.

Les patients quelle que soit leur tradition ou leur option philosophique ont le droit de rencontrer s'ils le souhaitent un représentant de leur religion ou un conseiller moral. La loi belge reconnaît les cultes suivants : Catholique, Protestant, Orthodoxe, Islamique, Musulman ainsi que la Laïcité. La liste des personnes affectées à l'institution où ils se trouvent est normalement disponible à l'Accueil ou à la Direction.

Soyons attentifs à ne pas laisser nos proches se débattre indéfiniment avec des questions non entendues. Soyons de ceux qui encouragent le dialogue entre les intervenants qu'ils soient des proches, des soignants ou des aumôniers. Le

bénéfice pour les patients qui se sentent reconnus et respectés dans leur quête essentielle est considérable. Refusons de souscrire à certaines affirmations faciles où tout ce qui est du domaine religieux serait d'office délirant. Restons si possible nous-mêmes en recherche, ouverts aux préoccupations de nos proches et si nous ne voulons ou ne pouvons pas leur parler sur ce terrain, permettons-leur de rencontrer les personnes qui se sont formées pour accueillir avec tolérance leurs questions.

Dans l'esprit de ce qui précède, Similes qui se veut au service d'une psychiatrie pleinement humaine tient à vous informer qu'un colloque sera organisé prochainement sur le thème de « Parole et Altérité » dans un esprit de dialogue et d'échange. Vous y êtes cordialement invité. Vous trouverez ci-dessous les renseignements pratiques.

Date : Le vendredi 12 février 2010 de 8h30 à 16h30.

Lieu : Centre Diocésain de formation
Rue des Prémontrés 40 à Liège

Coût : 25euros actes du colloque compris.

Infos et Inscriptions :

Tél. : 04/230.31.54 ou 0473/82.40.85

evangile.vie@evechedeliege.be

Monique Lefebvre
Animatrice groupe Est

AGENDA - GROUPES DE PAROLES



Ils sont destinés aux proches de malades psychiques qui souhaitent partager leur vécu et s'entraider. Ils comprennent à chaque fois l'accueil des nouveaux. Une petite participation de 2,50€ vous sera demandée à l'entrée.

Bruxelles-Centre :

Les lundis : 25/01/2010 - 22/02/2010 - 29/03/2010 - 26/04/2010 - 31/05/2010 et 28/06/2010.

Rue Malibran 49 (Entrée Polyclinique, suivre le parcours fléché) à 1050 Ixelles. Accueil à 17h15 réunion de 17h30 à 19h30.

Bruxelles-Est :

Les jeudis : 04/02/2010 - 04/03/2010 - 15/04/2010 - 06/05/2010 et 03/06/2010.

Maison de l'Entraide - Av. G. Henri 383 - 1200 Bruxelles.
Accueil à 18h45 - réunion de 19h à 21h.

A Ottignies :

Les lundis : 08/02/2010 - 08/03/2010 - 12/04/2010 - 03/05/2010 - 14/06/2010.

« Maison de la Citoyenneté » 1^{er} étage - Rue des Deux Ponts 15 - 1340 Ottignies de 18h à 20h.

A Nivelles :

Les lundis : 18/01/2010 - 15/02/2010 - 15/03/2010 - 12/04/2010 - 10/05/2010 - 07/06/2010.

Dans le Bâtiment de la CSC - 14 rue des Canonnières - 1400 Nivelles de 18h à 20h.

Infos pour les groupes du Brabant Wallon

Ottignies :

Tél. : 010/65 64 62 ou 067/21 24 26 ou 010/84 30 02 ou 0472 59 28 13.

Nivelles :

Tél. : 010/65 64 62 ou 067/21 24 26 ou 0474/68 26 32 ou 0472/59 28 13

www.similes.org - mail : brabant.wallon@similes.org

CONFERENCE

Vous êtes **Patient**
ou **Proche** de patient
et vous êtes en conflit ou
en désaccord avec un soignant

Vous êtes **Soignant**
et vous rencontrez des difficultés
dans votre relation avec un patient

Gestion des plaintes et médiation en soins de santé

par

Mme Marie-Noëlle Verhaegen

SPF Santé Publique, Médiatrice auprès de la Commission
Fédérale – Droits du Patient

et

Mme Marie-Françoise Meurice

Médiatrice attachée aux Plates-formes de Concertation
pour la Santé Mentale de la région de Bruxelles
et de la province du Luxembourg.

Le mardi 9 février 2010 de 14h à 16h

Lieu : Auberge de Jeunesse Jacques Brel à Bruxelles

Infos et inscriptions : 02/511 99 99 – 02/511 06 19

P.A.F. : 5€/personne – 3€/étudiant (à payer cash sur place)

Invitation drink du Nouvel An



*Proches, patients, professionnels,
membres ou non membres de Bruxelles
ou d'une autre section Similes...*

*Vous êtes tous et toutes invités à partager
ensemble le drink du Nouvel An, que nous
organisons le samedi 23 janvier 2010
de 14h à 17h.*

*Lieu : Restaurant Van Meyel
Avenue G. Henri 251 bis à 1200 Bruxelles*

Infos et réservations : Mme Karima Yassin  02/511.06.19

« COMMUNICATION ET PSYCHOSES »

RÉFLEXIONS ET SUGGESTIONS

Résumé de la conférence-débat du 02/10/2009

Par Dion VAN WERDE

Monsieur D. Van Werde, psychologue spécialisé dans la thérapie Centrée sur la personne, travaille dans un hôpital psychiatrique dans la région Gantoise. Durant sa carrière il a rencontré Garry Prouty - psychologue américain - qui a développé une méthode de communication avec les psychotiques : la pré-thérapie elle-même basée sur l'approche de Carl Rogers.

Prouty a découvert ce moyen de communication en travaillant avec des psychotiques dans de grandes institutions où les patients étaient en surdosage médicamenteux, dans un environnement peu épanouissant où il ne leur était pas possible d'utiliser leurs capacités, où ils perdaient le sens du contact.

Cette notion de contact traduit le fait d'être situé, d'avoir des liens. Ce terme « contact psychologique » est le concept essentiel de la méthode « Prouty ». Il est la condition minimale nécessaire à toute relation thérapeutique.

Garry Prouty a démontré que toute relation pré-thérapeutique qui tente d'établir ou de rétablir le contact est exigeante. L'objectif de la pré-thérapie est d'aider le

patient à intégrer la réalité afin de suivre un traitement ou aboutir à une réhabilitation.

Mr Van Werde travaille avec des personnes qui se trouvent en zone intermédiaire : Moitié psychotique, moitié rétabli. L'objectif de cette méthode de communication est d'accéder au monde partagé et non plus de s'enfermer dans un monde privé.

Il s'agit d'une approche multidisciplinaire.

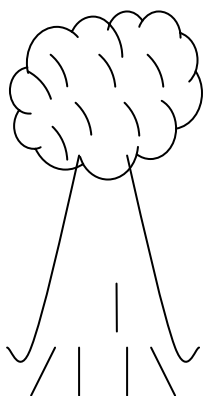


IMAGE DE L'ARBRE

Elargir le point de vue sur la communication

Feuillage = petit monde des psychotiques.
Souvent il est grand et donc a besoin de
beaucoup de racines pour s'équilibrer.

Mr Van Werde fait une comparaison entre l'arbre dans la nature et les personnes que nous sommes tous (psychotiques inclus - il explique qu'il ne faut pas faire une trop grande différence entre les gens psychotiques et les autres).

Pour nous tous, selon l'intervenant, l'équilibre est très important. Il faut avoir les pieds sur terre avant d'avoir la tête en l'air. Toute personne non psychotique est en équilibre : le feuillage proportionnel aux racines.

Si on entend des voix, que personne d'autre n'entend, il peut y avoir des problèmes, mais si on peut les supporter cela ne pose pas tellement de soucis.

Quand c'est trop pour la personne, si sa vie est dominée, contrôlée par les voix, si les voix sont tellement fortes, la personne n'est plus en équilibre, elle n'a plus le contrôle, ce sont les voix qui l'ont.

Dans le feuillage, on peut s'imaginer différentes expériences qui ont beaucoup de poids. Donc il doit y avoir un contrepoids. Si ce contrepoids n'existe pas, les idées du feuillage vont dominer.

Exemple : On a parfois l'impression d'avoir vécu un évènement alors que ce n'est pas le cas → conflit.

Normalement, si on a bien dormi, si on se sent bien, on n'a pas de soucis, mais si on ne se sent pas très bien, on a des soucis.

Racines : contrepoids : être capable de dormir, si j'ai bien dormi, je peux déjà supporter des choses.

On doit faire attention avec notre désir d'être en communication avec quelqu'un qui est ou est en train de devenir psychotique, parce qu'on risque de se perdre ensemble dans le feuillage.

On ne va pas arriver à convaincre l'autre s'il est vraiment délirant.

On peut aussi investir de l'énergie dans les racines.

On est rarement à 100 % psychotique. Il y a presque toujours des capacités qui restent (faire la vaisselle, parler de football, se promener, ...).

Plus on se met en contact, moins on est enfermé dans son propre monde.

Le contact et la symptomatologie sont en interaction. Si on augmente le contact, la symptomatologie de la psychose diminue.

On se trouve de plus en plus dans un monde sans liens, dans un monde privé. En même temps on perd ses racines. Plus je me perds dans le feuillage, plus les racines disparaissent.

On peut mettre l'arbre en équilibre en donnant de la force aux racines.

Il faut découvrir le poids des besoins de l'arbre pour rester en équilibre.

Exemple : si un patient ne peut pas tenir un emploi, il fait un bénévolat.

On doit chercher des moyens intéressants et simples pour maintenir l'équilibre.

LES 5 TECHNIQUES DÉNOMMÉES LES RÉFLEXIONS DE CONTACT EMPATHIQUES

Le contact empathique consiste à se mettre au niveau du patient. Ces techniques servent à établir le lien entre le monde thérapeutique et le monde irréel, dans la bulle du psychotique.

1. Réflexions de la situation

Redonner à l'autre des phrases très concrètes - les personnes, les endroits, les événements et les objets. Inviter l'inconscient des psychotiques à se mettre en contact avec le concret, la réalité.

2. Réflexions du visage

Décrire ce que l'on voit sur le visage de l'autre, du ressenti. Rétablir le contact affectif avec soi.

3. Réflexions mot à mot

Reprendre un langage cohérent dans un flot incohérent de paroles. Essayer de reprendre les mots du patient pour montrer les efforts qu'il fait pour entrer dans la communication.

Redonner à l'autre ses efforts de communication.

4. Réflexions du corps

Constater ce que fait le corps du patient, verbaliser ses mouvements inhabituels.

5. Réflexions de réintégration (récupération)

On réutilise des réflexions qui ont déjà amené un peu de contact pour faciliter le processus de communication.

Comme disait Garry Prouty « La technique est facile mais l'art est difficile ».

V. Desmaele - Bénévole

M-G. Gobert - Assistance Sociale

D. Miss - Stagiaire A.S.

COLLECTE DE CARTOUCHES D'ENCRE POUR SIMILES



Ne jetez plus vos cartouches d'imprimante !

Elles sont recyclables et constituent une source de revenu potentiel pour notre association. Nous en avons grand besoin.

Valorisez les cartouches usagées au profit de Similes et participez ainsi à la protection de l'environnement.

Il suffit de nous les faire parvenir et sans effort ; vous nous permettrez de développer notre action et de maintenir l'équipe au complet. Dans une ASBL comme la nôtre, aucune source de financement n'est superflue et les petits ruisseaux font les grandes rivières.

Nous organisons actuellement la collecte au sein de chaque section. Dès maintenant, vous pouvez déposer vos cartouches usagées au secrétariat de notre siège rue Malibran à Ixelles.

En parlant de ce projet autour de vous, vous rendrez service aux détenteurs de ces objets encombrants tout en faisant une bonne action.

Appel aux candidats " Membre effectif "

Pour bien mener sa mission, notre association a besoin de bénévoles qui s'engagent davantage.

Devenez « membre effectif » et votre participation à l'assemblée générale donnera plus de poids à des décisions concernant l'association.

Si vous vous sentez concerné par cet appel, adressez nous votre candidature écrite :

Par poste : Similes Bruxelles asbl
Rue Malibran 43 - 1050 Ixelles

Par mail : info@similesbruxelles.be

Pour plus d'informations, contactez notre secrétariat au 02/511.06.19.

D'avance, merci pour votre collaboration.

Aidez-nous, à mieux vous aider

En devenant membre

Par année : 20€ cotisation

A verser au n° de compte **310-1227608-62**

de Similes Bruxelles.

Vous recevrez nos périodiques, bénéficierez des réductions réservées aux membres qui font appel à nos services : social, juridique, psychologique, documentation et vous serez informés de nos activités.

Et/ou en devenant donateur sympathisant

Versez votre don au n° de compte **340-4312182-85**

de Similes Bruxelles en mentionnant en communication « Don ».

Les dons de 30€ et plus sont déductibles fiscalement.

