

Pas de famille sans histoire

SOUFFRANCE EN FAMILLE

**Une collection de livres pour enfants,
adolescents et familles en difficulté.**



Similes

Distribution : SIMILES BRUXELLES- Service de Documentation-
Espace Malibran,43-1050 Bruxelles Tél 02/511 06 19
info@similesbruxelles.be et www.similesbruxelles.be

Le centre de documentation de Similes-Bruxelles a permis depuis 2005 l'édition de plusieurs livres pour enfants, adolescents et adultes confrontés aux difficultés de santé mentale.

Ces livres peuvent servir d'outil pédagogique aux professionnels de la santé, de l'aide à la jeunesse et de l'éducation.

Ces ouvrages encore inexistants en langue française en 2006 ont été traduits du néerlandais par une équipe de bénévoles et de professionnels et seront traduits en luxembourgeois et en italien.

De nombreuses réactions d'enfants et d'adultes ont permis d'adapter ces livres à un public ciblé grâce aux réponses à des questionnaires placés dans chacun des livres et à une recherche-action subsidiée par la Communauté Française (Aide à la Jeunesse) jusqu'en 2007. Depuis 2008 la COCOF (Commission Communautaire Française de la Région de Bruxelles Capitale) assure la poursuite du projet ainsi que des ateliers pour enfants « Il était une fois » soutenus également par la Ville de Bruxelles.

Vivre dans une famille dont un proche souffre d'un trouble psychique constitue une réelle difficulté tant pour l'enfant, l'adolescent que pour les adultes.

Les professionnels soignant les parents commencent à se soucier des enfants et des familles de leurs patients.

Les professionnels de la jeunesse et de la pédopsychiatrie s'inquiètent des effets de cette transmission psychique entre les générations.

Une prévention s'impose afin de prendre conscience des conséquences sur l'évolution des enfants et de tenter de les atténuer par l'information.

Le livre est un outil précieux pour aborder ces sujets.

OBJECTIFS :

Il est important d'éviter que l'enfant reste seul face à la souffrance psychique d'un parent ou d'un membre de sa famille sans pouvoir en parler avec un adulte rassurant. Un sentiment de sécurité est indispensable pour son développement.

L'équipe de rédaction souhaite que les professionnels prennent conscience de la complexité de ce problème qui constitue encore un tabou dans notre société.

La fratrie et la famille élargie constituent une ressource positive pour le jeune. Ceci ne peut être envisagé qu'à condition d'écouter et de répondre aux questions des enfants sur ce qui se passe dans sa famille le plus simplement possible.

Lever un tabou c'est choisir de parler d'une difficulté, éviter de l'embellir ou de la cacher car l'enfant s'y trouve confronté et il souffre davantage de ce qu'il ne comprend pas et cela l'insécurise.

Les livres constituent d'excellents supports pour faire passer des messages de soutien et d'espoir aux jeunes lecteurs et à leurs proches.

Nous espérons que ce guide pédagogique permette l'organisation de débats, de concertations et d'informations pour les jeunes, les familles et l'utilisation de la collection présentée ici.

PRÉSENTATION DES OUVRAGES POUR ENFANTS :

« ***Papa n'est jamais fatigué*** » de Anne Wyckmans et Ane-Mie de Leener édition Clavis.

Pour des enfants entre 3 et 6 ans. Une histoire d'animaux où le papa ne s'arrête jamais de travailler.

Son agitation envahit et contamine la famille qui bascule progressivement dans une folie dont il est important de sortir chacun à son niveau.

« ***Un papa qui a des ailes*** » de Stefan Boonen et Greet Bosschaert édition Clavis.

Pour enfants entre 6 et 12 ans. Très beau livre symbolique sur le délire d'un papa qui se prend pour un oiseau.

Il relate avec finesse et observation les questions, la gêne et le désarroi des enfants par rapport à leur père qui se réfugie dans un arbre.

Les thèmes abordés sont la connivence familiale, le lien avec l'autre parent, le milieu psychiatrique et le regard social.

« *Quand Papa boit, Petit Toine trinque* » de Marthe Vermeil et Alain Dierick, à Similes-Bruxelles.

Pour enfants entre 6 et 12 ans. Ce petit livre à la fois intelligent, concret et émouvant est axé sur « il est important d'en parler ».

Il donne une place importante à la vie onirique et à la cohésion familiale dans ses différentes phases. Il parle de secret, de loyauté, d'entraide dans la fratrie.

« *Maman a la tête dans les nuages* » de Marthe Vermeil et Alain Dierick, à Similes-Bruxelles.

Pour enfants entre 6 et 12 ans. Un livre touchant abondamment illustré pour chaque page qui fait ressentir le côté tourmenté et très responsable des enfants qui vivent avec un parent fragile. Il fait ressortir l'importance du parent « sain » pour l'équilibre familial.

PRÉSENTATION DES OUVRAGES POUR ADOLESCENTS :

« **Un regard insondable** » de Leen van den Berg
illustré par Peter Goossens édition Clavis.

Livre pour adolescents à partir de 12 ans écrit comme le journal d' Anna qui raconte ses sentiments, ses questions, son vécu journalier face au trouble bipolaire de sa maman.

Les situations vécues s'emboîtent comme des poupées russes et témoignent de l'importance de trouver un soutien sûr et permanent à l'extérieur y compris sur le web, à l'école et même le voisinage.

« **Un torrent de larmes** » de Rob Baetens,
édition Clavis.

C'est un roman pour jeunes et adultes à partir de 14 ans qui permet de comprendre le monde de la schizophrénie grâce à un vocabulaire accessible. La maman de Caroline entend des voix, se méfie et croit des choses qui n'existent pas. C'est la découverte des premiers signes qui s'accompagne de désarroi puis de différentes tentatives pour faire face à la situation de la part des professionnels et de la famille.

UN LIVRE POUR ADULTES :

« *Frères et sœurs face aux troubles psychotiques* »

Ouvrage collectif sous la direction de Hélène Davtian, édition Unafam.

Ce livre s'adresse aux familles au moment où la maladie apparaît. Il permet aux fratries de se reconnaître, de sortir de leur solitude, de l'incompréhension et de démystifier la maladie mentale pour devenir acteur, ou aidant proche de son frère ou sa sœur souffrant à l'âge adulte.

Diffusion :

Un réseau pilote « Enfants et Fratries ayant un parent (ou un proche) avec problème psychique EPPP et FPPP » s'est constitué en 2005 avec les partenaires suivants : Le service de documentation de Similes-Bruxelles, les services de santé mentale, Le Sas et Le Méridien, le comité de contact des organismes d'aide à la jeunesse, le centre d'orientation éducative Le Gaps et l'AMO La Gerbe. Ce réseau a permis la sensibilisation des réseaux professionnels et une diffusion des livres à un public ciblé. Il a permis de soulever le voile posé sur cette problématique et de trouver des mots pour en parler avec ceux qui se sentent concernés (Comment parler de psychiatrie aux jeunes ?).

PAGE DESTINÉE AUX PARENTS ET AUX FAMILLES :

Il est important d'évacuer la honte de parler de souffrance psychique en famille aux professionnels. Ceux-ci peuvent comprendre la difficulté qu'ont certains parents à s'occuper au mieux de leurs enfants et la déception des enfants qui souffrent de certaines rencontres pénibles. Certains troubles psychiques n'empêchent toutefois pas d'être parent du moins à temps partiel à condition de trouver les mots pertinents pour en parler en famille. Parler de ses proches et à ses proches en souffrances constitue un acte de reconnaissance des liens nécessaires à l'équilibre familial. Les jeunes ont besoin de parler le plus clairement et le plus ouvertement possible à leurs adultes de référence. Ceci peut leur manquer lorsqu'un parent ou un membre de la fratrie se comporte de manière incompréhensible pour eux. Les jeunes enfants ne peuvent s'empêcher de rapporter à eux-mêmes ces changements (je ne suis pas gentil, voilà pourquoi papa est triste). Ils peuvent développer de fortes angoisses, se renfermer sur eux-mêmes ou se faire remarquer par n'importe quel moyen (pipi au lit, timidité, agressivité...). Il est intéressant d'aborder les questions de l'enfant de manière calme, réaliste et ouverte. Les histoires de ces livres peuvent vous y aider.

PAGE DESTINÉE AUX ENFANTS ET ADOLESCENTS CONFRONTÉS À UN PROCHE EN DIFFICULTÉ PSYCHIQUE :

Lorsque tu vis au quotidien avec un proche, un frère ou une sœur ou un parent, tu peux savoir ou ignorer s'il souffre d'un problème de santé mentale.

Ton proche n'a peut-être jamais été hospitalisé ou soigné par un spécialiste et tu sens pourtant qu'il ne va pas bien. Vivre avec quelqu'un qui ne se comporte pas comme tout le monde est souvent compliqué. Tu imagines peut-être que c'est de « ta faute » ou que c'est à toi de le protéger, de l'aider. Sache que tu as droit, toi et ta famille, à de l'aide spécialisée pour en parler.

Lorsque tu es séparé de ta famille, soit en famille d'accueil soit en institution, tu comprends mal pourquoi tu reste éloigné de ta famille. Il est sans doute difficile de comprendre de quoi souffre exactement ton parent, ton frère ou ta sœur. Tu as le droit de recevoir des explications. Il est nécessaire pour cela de rencontrer des personnes capables de répondre à celles-ci ou des professionnels qui peuvent aider ton « parent » à vivre autrement. Arriver à accepter qu'une séparation se prolonge n'est pas facile. Cela permet peut-être à chacun de poursuivre son histoire avec moins de stress et plus de sécurité.

PAGE DESTINÉE AUX PROFESSIONNELS :

*Vous êtes un professionnel de la santé
(psycho médico social) :*

Vous vous sentez concerné par une situation de souffrance familiale et par un enfant ou un adolescent en difficulté. Vous craignez d'aborder ce sujet avec les jeunes ou les parents car vous sentez que ce sujet est délicat. Il peut vous mettre mal à l'aise.

Vous sentez bien que les enfants ou adolescents ont le droit d'être informés car ils sont concernés.

Le jeune se trouve face à un proche qui peut :

- > se figer sur le plan émotionnel et paraître inaccessible au jeune
- > se comporter de manière incompréhensible,
- > être concentré sur lui-même et ne plus s'occuper des besoins du jeune,
- > ne plus participer à la vie et au vécu du jeune.
- > perdre le contact avec la réalité.
- > parler un langage incompréhensible,
- > dire des choses angoissantes pour le jeune.

Dans ces différents cas, l'équipe de rédaction de ce guide vous encourage à contacter un spécialiste formé en santé mentale pour élargir cette question et vous soutenir dans ce travail de compréhension.

Les livres peuvent vous aider à aborder le vécu du jeune et de sa famille.

*Vous êtes un professionnel de la jeunesse
(enseignant, éducateur, animateur) :*

Vous êtes sensibilisé par ce sujet de société qui consiste à vivre avec « l'autre » différent de soi.
Vous êtes éventuellement inquiet pour un jeune.
Vous ignorez si dans le groupe un ou plusieurs jeunes sont concernés par un problème de santé mentale en famille.
Vous hésitez à en parler individuellement ou en groupe.
Nous vous encourageons à inviter un professionnel de la santé mentale pour approfondir cette question si nécessaire et ouvrir un débat après lecture de ces livres avec les enfants.

Avec le soutien de:

Comission Communautaire Francophone de la Région de Bruxelles-Capitale

Similes

*le Sas*_{asbl}



Electrabel 

Similes signifie « semblable » en latin, c'est établir des liens entre gens bien-portants et personnes atteintes de troubles psychiques. Similes rassemble les familles et les proches de personnes souffrantes au sein d'associations, de sections locales, réunies en deux fédérations l'une néerlandophone, l'autre francophone et germanophone.

Pour obtenir des renseignements sur les activités : 02/644 92 00 ou 04/344 12 79 ou 02/511 06 19 ou via les sites www.similes.org ou www.similesbruxelles.be