

# La Lettre de la Direction

Centre Hospitalier La Chartreuse - Dijon

N° 05 — Mai 2017

## AGENDA

### CH LA CHARTREUSE

#### Directoire

- 1er juin

#### CTE

- 19 juin
- 16 octobre
- 18 décembre

#### CME

- 20 juin
- 17 octobre
- 19 décembre

#### Conseil de Surveillance

- 21 juin
- 18 octobre
- 20 décembre

#### CHSCT

- 22 septembre

### GHT 21-52

Comité de pilotage  
Psychiatrie et Santé  
Mentale  
8 juin

### MANIFESTATIONS

2 juin :  
Rendez-vous aux jardins (Parc)

**Du 13 au 16 juin :**  
Congrès de Psychiatrie  
et neurologie (Pr Bonin)  
(UFR Sciences Dijon)

\* **13 juin :** Journée  
des Soignants (UFR  
Sciences Dijon)

**15 juin :**  
5ème journée  
d'échanges Psychiatrie /  
Justice (Amphi)



## Editorial



« L'Indispensable » est un guide à l'intention des membres de l'entourage d'une personne atteinte d'une maladie mentale, téléchargeable sur le site de l'UNAFAM. Il contient des fiches pratiques sur les maladies. Une de ces fiches concerne la schizophrénie. Après avoir rappeler qu'est-ce que la schizophrénie, quels sont les causes et les symptômes, la fiche contient de précieux conseils sur la manière de se comporter. En voici quelques extraits (pages 17 et 18 de «L'Indispensable») :

**« Comment dois-je réagir ?**  
Dans un premier temps, il est important que vous soyez, d'abord et avant tout, vous-même. Vous n'êtes ni un intervenant, ni un médecin, ni un infirmier. Donnez-vous le droit à l'erreur et ayez des attentes modestes et prudentes, tant envers vous qu'envers votre proche. Malgré le fait que la situation soit

sous tension ou lourde, vous devez oser parler à votre proche de ce qui vous inquiète et des sentiments que vous éprouvez. Parlez lentement, d'une voix calme en utilisant des phrases courtes et simples pour éviter la confusion [...]

Même si votre proche ne vous répond pas, il saura que vous êtes là pour lui. S'il est conscient que quelque chose ne va pas, il peut passer des semaines, voire même des mois dans un état de confusion et de peur. Il tentera de comprendre son problème par lui-même et il peut tout mettre en œuvre pour vous convaincre que la situation est parfaitement « normale ». Ne restez pas seul dans la gestion de la situation, faites appel à d'autres personnes qui connaissent bien votre proche. Il s'est peut-être isolé de son cercle d'amis ; suggérez-lui de parler de ses inquiétudes avec quelqu'un en qui il a confiance ou demandez-lui si vous pouvez communiquer avec un proche qui pourrait l'aider.

Si sa condition ne s'améliore pas, encouragez-le à consulter. Pour éviter de raviver les inquiétudes qu'il n'a jamais pu exprimer, attirez son attention sur un symptôme particulier [...] Malgré vos efforts, il est possible que votre proche refuse votre aide. Il ne faut pas vous décourager car des gens qualifiés peuvent vous venir en aide rapidement ; contactez immédiatement l'association de familles de votre région qui vous accompagnera dans votre situation.

**Que dois-je éviter de faire ?**  
Dans un premier temps, n'oubliez jamais que nous n'êtes pas le thérapeute de votre proche. Évitez de lui formuler des solutions toutes faites

ou de lui poser un diagnostic. En tout temps, il ne faut pas lui faire la morale ou lui suggérer de se prendre en main. Évitez de le ridiculiser, de le blâmer ou de faire des plaisanteries sur sa situation.

Il est important d'éviter toute confrontation qui vise à prouver à votre proche que ce qu'il entend, voit, sent ou ressent n'existe pas. Rappelez-vous toujours que l'expérience est réelle pour lui. Par contre, un geste ou une parole lui exprimant votre amour, amitié ou attachement, selon le cas, pourrait le rassurer ».

Ces pratiques relationnelles sont connues des équipes de psychiatrie qui ont développé des savoir-faire bien traitants dans l'accompagnement des personnes souffrant de troubles psychiques. Multiplier les formations croisées sera nécessaire pour partager ses compétences avec nos concitoyens et tout particulièrement avec d'autres professionnels du champ médico-social, éducatif et social.

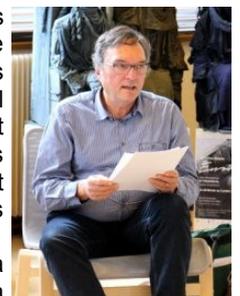
Le Directeur du Centre  
Hospitalier La Chartreuse  
Bruno MADELPUECH

### Caf&Doc' du 19 avril 2017

Le Dr Thomas Wallenhorst a présenté son livre, consacré aux troubles bipolaires, le mercredi 19 avril 2017. Après avoir fait un rappel de l'histoire de cette pathologie dont l'appellation est récente (1976), de ses conséquences sur la personne atteinte, mais aussi sur les membres de leur famille, il explique son intention de faire en sorte que les personnes bipolaires puissent apprendre à se connaître dans leur maladie, qu'elles prennent conscience des dysfonctionnements qui peuvent les piéger, mais aussi qu'elles découvrent leurs ressources et leurs compétences individuelles pour les développer dans la relation humaine.

Un groupe de parole, toujours actif à l'hôpital de Semur où il exerce, est à l'origine de son livre. Il insiste sur le fait que les médicaments et la psychothérapie se complètent et nous parle d'une nouvelle approche qui tend à se développer : la psychoéducation.

Nous adressons nos chaleureux remerciements au Dr Wallenhorst pour son intervention et les échanges très instructifs qui ont suivi sa présentation.



### A suivre ...

Prochain Caf&Doc' 21 juin : la musicothérapie avec Patrick Berthelon