

Le soutien des proches

MALADIES PSYCHIQUES Le Gesap est un groupe de soutien des personnes affectées par les troubles psychiques d'un proche. Ses membres témoignent

SABINE MENET
s.menet@sudouest.fr

Ils sont parents, conjoints, frères, sœurs, enfants ou amis. Tous liés à un proche atteint de troubles psychiques. Schizophrénie, bipolarité ou troubles de la personnalité. Ensemble, ils ont créé en mai dernier le GESAP, un groupe d'écoute et de soutien, et se retrouvent tous les mois à Gujan-Mestras (1). Ils proposent des permanences gratuites et des rencontres.

« Nous nous retrouvons pour la plupart autour du groupe de parole organisé par l'UNAFAM (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques) déjà sur Gujan-Mestras. Quand il a été interrompu, nous avons décidé de continuer » explique Georges, l'un des membres et secrétaire du Gesap (2).

Animatrice du groupe de l'Unafam durant dix ans, la psychologue clinicienne Dominique Heredia a non seulement repris le flambeau mais aussi la présidence de la nouvelle association constituée autour du Gesap. Avec un état d'esprit un peu différent.

Des émotions normales

« Ce groupe est ouvert. Nous ne faisons pas de prise en charge, il n'y a pas d'aspect thérapeutique. Le but est de permettre aux proches de mieux vivre au quotidien avec une personne souffrant de troubles psychiques. De leur permettre de sortir de leur isolement, d'avoir une meilleure connaissance des pathologies, de partager leurs expériences, de réfléchir ensemble à des solutions et surtout de reconnaître que les émotions qu'ils éprouvent sont normales. »

Qu'il s'agisse de colère, de culpabilité ou de honte. Des figures presque imposées, dont témoignent les membres du groupe. « Évidemment que quand on est parent, on se culpabilise et on se demande ce qu'on a mal fait. La souffrance de son enfant, on voudrait la vivre à sa place », explique Georges, qui depuis deux ans explique vivre, avec son fils de 27 ans, au jour le jour. « On est pris au dé-

pourvu, on se demande si ça va passer... On vit avec la perspective d'une semaine... »

Un coup de tonnerre

« C'est un coup de tonnerre dans un ciel serein », résume Louis qui, en 1985, a vu la vie de son fils basculer après une bouffée délirante. « Quand on n'a pas de notion de folie, on ne comprend pas ce qui se passe. Mon fils m'a supplié de le tuer... Comment réagit-on à ça quand on est un père ? » Tous les deux parlent de ce moment où ils ont dû signer la demande d'internement. « Le stylo pèse trois tonnes », murmure Joël.

« Un pour cent de la population souffre de troubles schizophréniques », rappelle Dominique Heredia. « Parmi elles, 30% sont résistantes et nécessitent des soins en permanence. » À ce chiffre se rajoute celui des « 2 à 3% de personnes atteintes de bipolarité. »

Et après ?

« Ce sont des problèmes qui peuvent toucher n'importe qui », résume Georges. « Si au début on n'ose pas en parler, rencontrer d'autres personnes qui vivent la même chose est une aide. » Parler de la violence qui se retourne contre les familles des malades, évoquer cette « maladie qui ne se voit pas » et surtout, ensemble, faire face au rejet.

« La personne atteinte de troubles psychiques s'isole mais ces proches aussi. » Des proches qui, avançant en âge, se demandent qui, après eux, s'occupera des leurs. « Comment il va faire quand je ne serai plus là ? » se demande Louis, 82 ans, qui rappelle que la première cause de mortalité, chez les personnes atteintes de troubles psychiques, est le suicide.

(1) Gesap: 06 67 34 62 60
gesap33@orange.fr Tous les seconds mardis du mois, permanences d'accueil de 14h à 16h (surrendez-vous) suivies de groupes de paroles de 16h à 18h A Gujan-Mestras, salle Saint Exupéry, face à la gare.

(2) Pour respecter la vie privée des personnes concernées, aucun nom de famille n'est mentionné.



Le groupe de soutien permet aux proches de personnes atteintes de troubles psychiques de partager leurs quotidiens, de s'entraider et de lutter contre l'isolement. PHOTO DR

