

Atelier N°4

Changer de regard sur les troubles mentaux

Une approche pratique
à partir du concept de
différence psychique

Richard Best 05.12.2024

DÉFINITIONS, CONCEPTS, NOTIONS

Le normal et le pathologique vs. La différence psychique

Mme K. est une femme de 36 ans, suisse, de Genève

Elle vit avec ses 3 enfants, de pères différents, âgé de 3, 5 et 9 ans. Curatelle éducative de la Protection des Mineurs.

Pas de formation, après 2 ans de collège elle travaille (petits boulots) et part voyager.

À l'aide sociale depuis 4 ans, échec des multiples tentatives.

Entretiens tumultueux, son discours :

«P... de M... !!! C'est VOUS qui me mettez la tête sous l'eau !!!»

Le diagnostic (DSM-V-TR 2022, CIM-11 2022)

- 6D70-6E2Z : Troubles neurocognitifs et neurologique
- 6C40-6C4Z : Troubles dus à l'usage de substances psychoactives
- 6A20-6A2Z : Schizophrénie et autres troubles psychotiques
- 6A60-6A8Z : Troubles de l'humeur (épisodes dépressifs majeurs, les épisodes maniaques, les troubles bipolaires et les épisodes mixtes).
- 6B00-6B4Z : Troubles anxieux et liés à la peur (les phobies, les troubles anxieux généralisés, les troubles obsessionnels-compulsifs et les troubles de stress post-traumatique).
- 6B80-6B8Z : Troubles du comportement alimentaire et de l'ingestion d'aliments (anorexie mentale, la boulimie mentale, et d'autres troubles liés à l'alimentation).

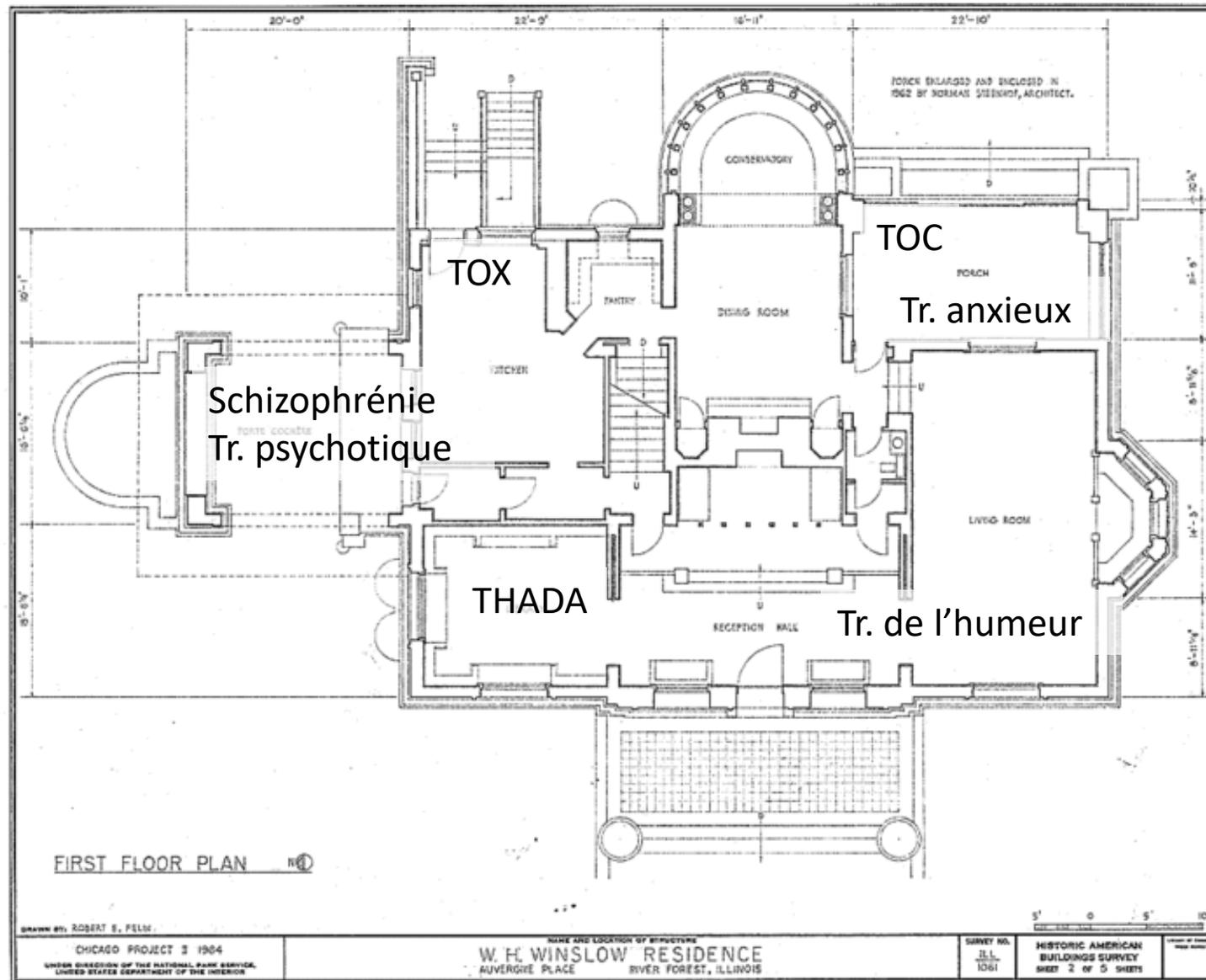
Le diagnostic (DSM-V-TR 2022, CIM-11 2022)

- 6D10-6D1Z : **Troubles de la personnalité** incluant les troubles de la personnalité antisociale, borderline, évitante, et d'autres.
- 6A00-6A0Z : Troubles du développement intellectuel **Retard mental.**
- 6A00-6A06 : Troubles du développement neurologique + 6A02 : Troubles du spectre de l'autisme
- 6A05 : Trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité + 6C90-6C9Z : Troubles disruptifs et troubles du contrôle des impulsions
- 6E8Z : Trouble mental ou du comportement, sans autre précision

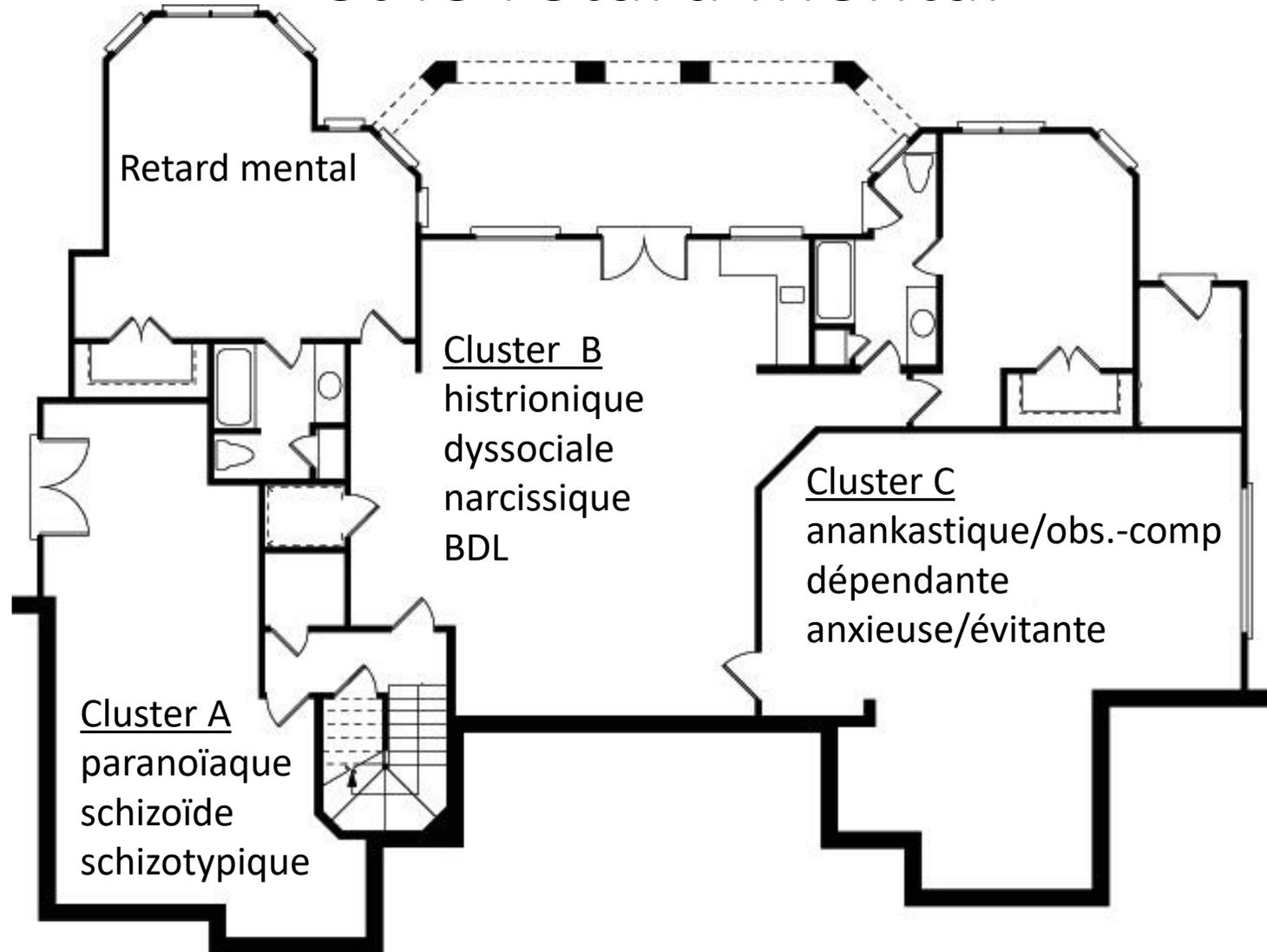


Villa Empain, Bruxelles, 1930

Les troubles psychiatriques



Les troubles de la personnalité et le retard mental



Prévalence sur 12 mois des troubles psychiques en Suisse

- **Anxiété** 15 %
- **Dépression** 7,8 %
- **Troubles de personnalité** 10 % à 15 %
- **Dépendances** 5,7 %

Sources : Observatoire suisse de la santé (Obsan)
et Office fédéral de la santé publique (OFSP)

Prévalence sur 12 mois des troubles psychiques en Suisse

- **Troubles bipolaires** : 2,2 %
- **Schizophrénie** : 1,2 %
- **Troubles du sommeil** : env. 30 à 50% (Enquête suisse sur la santé (ESS) de 2022)
- **Troubles du comportement alimentaire** : 3,5%

Prévalence des troubles psychiques en Suisse

- 73% des personnes atteintes présentent leur premier épisode avant 25 ans
- 50% des troubles mentaux débutent avant 14 ans
- Taux de comorbidité : 45% des personnes présentent plus d'un diagnostic
- Recours aux soins : seulement 33% des personnes atteintes consultent un professionnel

DEPRESSION

Critères de la dépression :

1. Humeur dépressive persistante :

2. Perte d'intérêt ou de plaisir :

Et aussi: Modifications du poids ou de l'appétit, troubles du sommeil : Insomnie ou hypersomnie, agitation ou ralentissement psychomoteur, fatigue ou perte d'énergie, sentiments de dévalorisation ou de culpabilité excessive, troubles de la concentration ou indécision, idées de mort ou de suicide

ANXIETE

Principaux troubles anxieux

1. Trouble d'anxiété généralisée (TAG)
2. Trouble panique
3. Phobie sociale (ou Trouble d'anxiété sociale)
4. Trouble obsessionnel-compulsif (TOC)
5. Trouble de stress post-traumatique (PTSD)
6. (Trouble de personnalité, personnalité anxieuse)

DÉPENDANCES

- **Alcool**
- **Drogues illicites** : cannabis, cocaïne, crack, l'héroïne, la méthamphétamine, le LSD, l'ecstasy, etc.
- **Médicaments sur ordonnance** : opioïdes (oxycodone, morphine, etc.), benzodiazépines (Valium, le Xanax, etc.), les stimulants (comme les amphétamines), etc.

Les troubles de la personnalité,

Définition CIM-10

- Il s'agit de **perturbations sévères** de la constitution caractérologique et des tendances comportementales de l'individu,
- s'accompagnant en général de difficultés personnelles et sociales considérables.
- Les troubles de la personnalité apparaissent habituellement dans l'enfance ou **l'adolescence** et persistent à l'âge adulte.
- le trouble est habituellement, mais pas toujours, associé à une **dégradation du fonctionnement** professionnel et social.

F.60 Les troubles de la personnalité

Critères CIM-10

- attitudes et comportements nettement **dysharmonieux, dans plusieurs secteurs du fonctionnement**, p. ex. l'affectivité, la sensibilité, le contrôle des impulsions, la manière de percevoir ou de penser, et le mode de relation à autrui;
- le mode de comportement anormal est **durable, persistant** et n'est pas limité à des épisodes de maladie mentale;
- le mode de comportement anormal est **profondément enraciné** et clairement inadapté à des situations personnelles et sociales très variées;

Les troubles de la personnalité

Cluster A

étranges ou excentriques

- F60.0 Paranoïaque
- F60.1 Schizoïde
- F60.8 Schizotypique

Cluster B

excessifs,
émotionnels, ou
erratiques.

- F60.4 histrionique
- F60.2 Dyssociale
- F60.8 Narcissique
- F60.3 Borderline

Cluster C

l'anxiété ou la crainte

- F60.5 Obsess.-compulsive
- F60.7 Dépendante
- F60.6 Anxieuse/évitante

Et F61 Troubles mixtes de la personnalité

Mme K. est une femme de 36 ans, suisse, de Genève

Elle vit avec ses 3 enfants, de pères différents, âgé de 3, 5 et 9 ans. Curatelle éducative du SPMI.

Pas de formation, après 2 ans de collège elle travaille (petits boulots) et part voyager.

À l'aide sociale depuis 4 ans, échec des multiples tentatives.

Entretiens tumultueux, son discours :

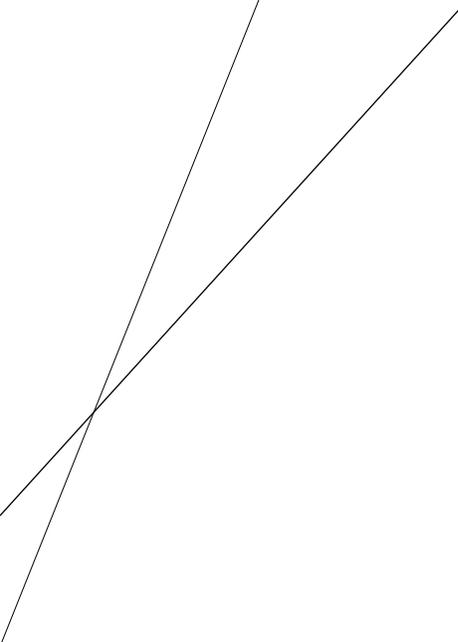
«P... de M... !!! C'est VOUS qui me mettez la tête sous l'eau !!!»

Exemple de diagnostic : Mme K.

- F 60.3 personnalité émotionnellement labile, type borderline

Exemple de diagnostic : Mme K.

Diagnostics	Dimensions
F 60.3 personnalité émotionnellement labile, type borderline	Trouble de personnalité
F 33.1 trouble dépressif récurrent, épisode actuel moyen	Trouble de l'humeur
F12.25 troubles mentaux et troubles du comportement liés à l'utilisation de dérivés du cannabis, utilisation continue	Addictions
F 50.4 trouble du comportement alimentaire, hyperphagie	Trouble alimentaire



MME K.

Guérison ou rétablissement ?

LE RÉTABLISSEMENT (RECOVERY)

- Patricia Deegan: "Recovery: The Lived Experience of Rehabilitation" (1988),
- William Anthony (années 1990): une vie satisfaisante malgré les symptômes
- Mary Ellen Copeland (années 1990-2000): plans d'action et auto-gestion des symptômes
- Larry Davidson (années 2000): "citoyenneté sociale"

LE RÉTABLISSEMENT (RECOVERY)

- L'espoir comme fondement : Croyance en une vie meilleure, Dépassement du modèle du "patient chronique"
- L'autodétermination : contrôle sur sa propre vie, choix éclairés dans les soins, (empowerment)
- La construction du sens : expérience, identité, nouveau projet de vie
- Le rétablissement comme processus non linéaire

LE RÉTABLISSEMENT (RECOVERY)

- Le rôle des pairs : valorisation du savoir expérientiel, soutien
- L'inclusion sociale : vie communautaire, rôles sociaux, déstigmatisation
- Approche holistique : Au-delà du seul aspect médical

Trouble psychique ->>>>>

Dépression

Symptômes->>>>>>

Tristesse
Perte d'élan vital
Manque d'intérêt
Aboulie
Fatigue
Ralentissement
Troubles cognitifs
Culpabilité
Perte d'appétit
Idées de mort

Limitations fonctionnelles

Fatigabilité
Rendement faible
Risque d'erreur
Faible résistance au stress
Désorganisation
Faible autonomie

Trouble psychique ->>>

Trouble anxieux
généralisé

Symptômes->>>>>>

Anxiété et soucis généralisés
Agitation
Tension musculaire
Troubles du sommeil
Troubles du rythme cardiaque
Tremblements
Difficultés respiratoires
Sensation d'étouffement
Nausées ou gêne abdominale
Peur de perdre le contrôle
Peur de mourir
Difficultés de concentration
ou trous de mémoire
Irritabilité

Limitations

fonctionnelles

Difficulté à respecter les
délais (perfectionnisme)
Rendement diminué
Absentéisme fréquent
Tendance à l'évitement
Indécision paralysante
Tendance à la
procrastination
anxieuse
Vulnérabilité au burnout

Trouble psychique ->>>>>

Trouble de personnalité de type Borderline

Symptômes->>>>>>

Mauvaise gestion
Émotionnelle
Impulsivité
Passages à l'acte
Attentes irréalistes
envers les autres
Surestimation de soi
Tendance à l'ennui
Sentiment de vide

Limitations

fonctionnelles

Faible tolérance
à la frustration
Faible adaptabilité
Difficultés relationnelles
Conflits fréquents
Attitudes inadéquates
Non-respect des règles
et consignes
Désorganisation

Troubles
psychiques



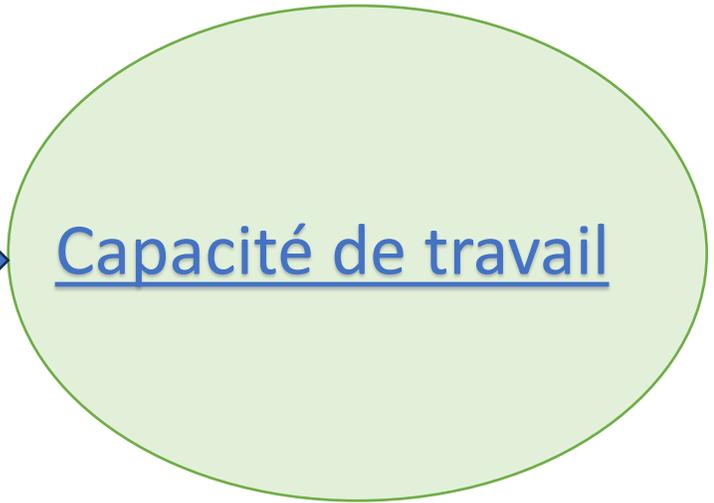
Symptômes



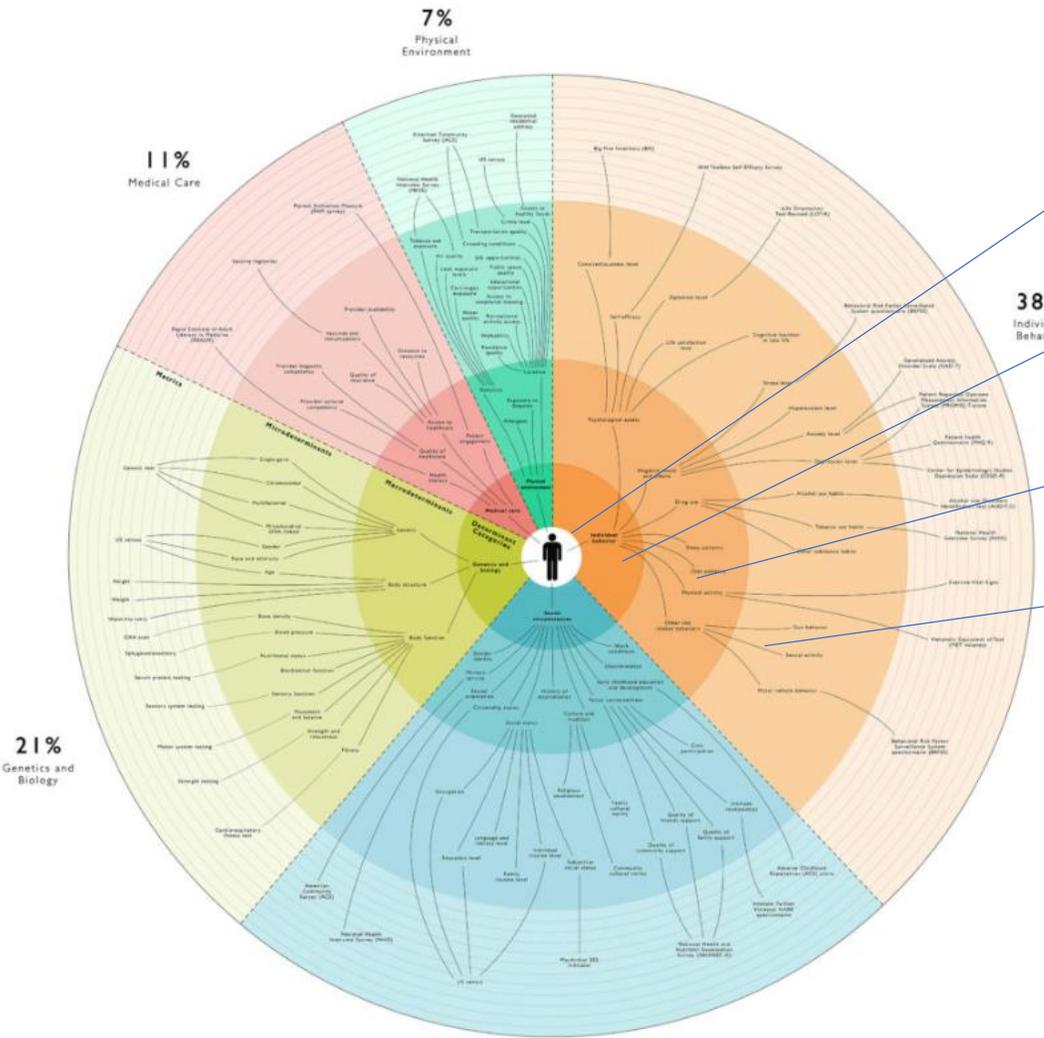
Limitations
fonctionnelles



Capacité de travail



MODÈLE BIO-PSYCHO-SOCIAL



Santé mentale

Santé physique et prendre soin de soi

Famille, proches et amis

Communauté

Mme K. et la différence psychique

Comment interagir ?

LE CONCEPT DE SANTÉ SOCIALE

- Définition : capacité d'une personne à interagir de manière satisfaisante avec son environnement social et à maintenir des relations harmonieuses avec les autres

LE CONCEPT DE SANTÉ SOCIALE

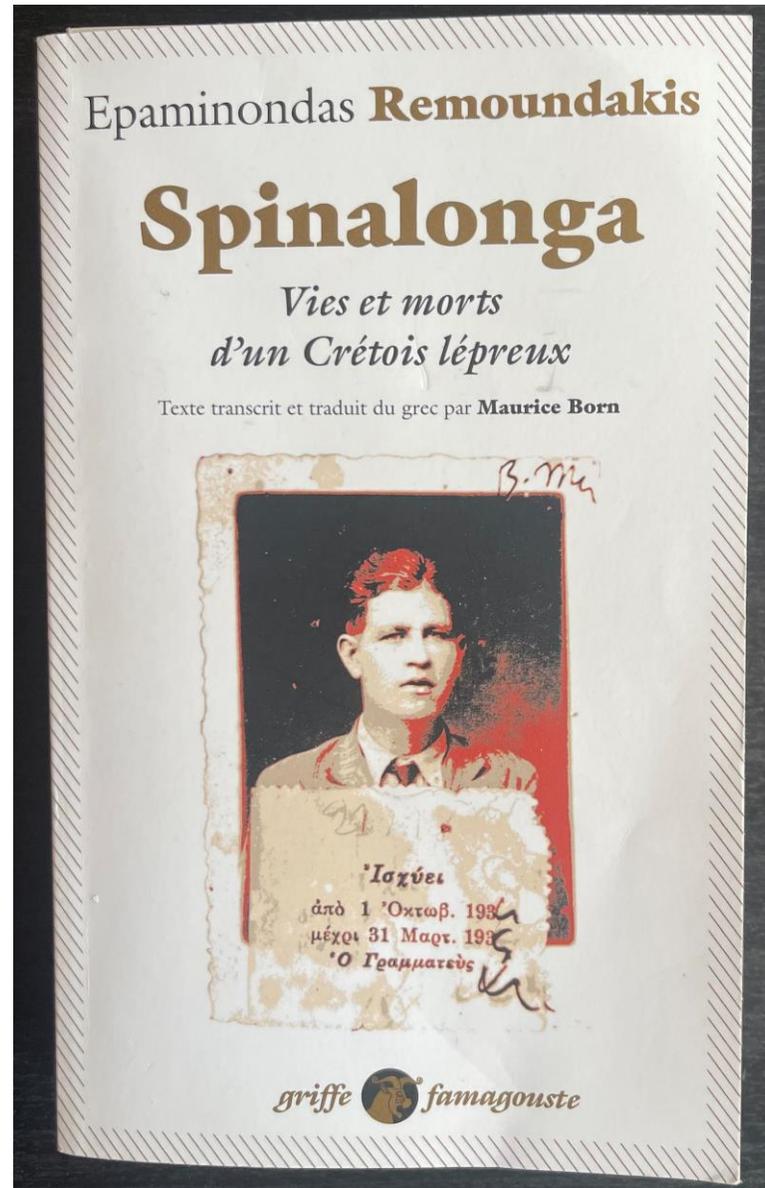
- Les dimensions:
 - Relations interpersonnelles
 - Vie familiale
 - Vie professionnelle/scolaire
 - Participation communautaire
 - Soutien social

LE CONCEPT DE SANTÉ SOCIALE

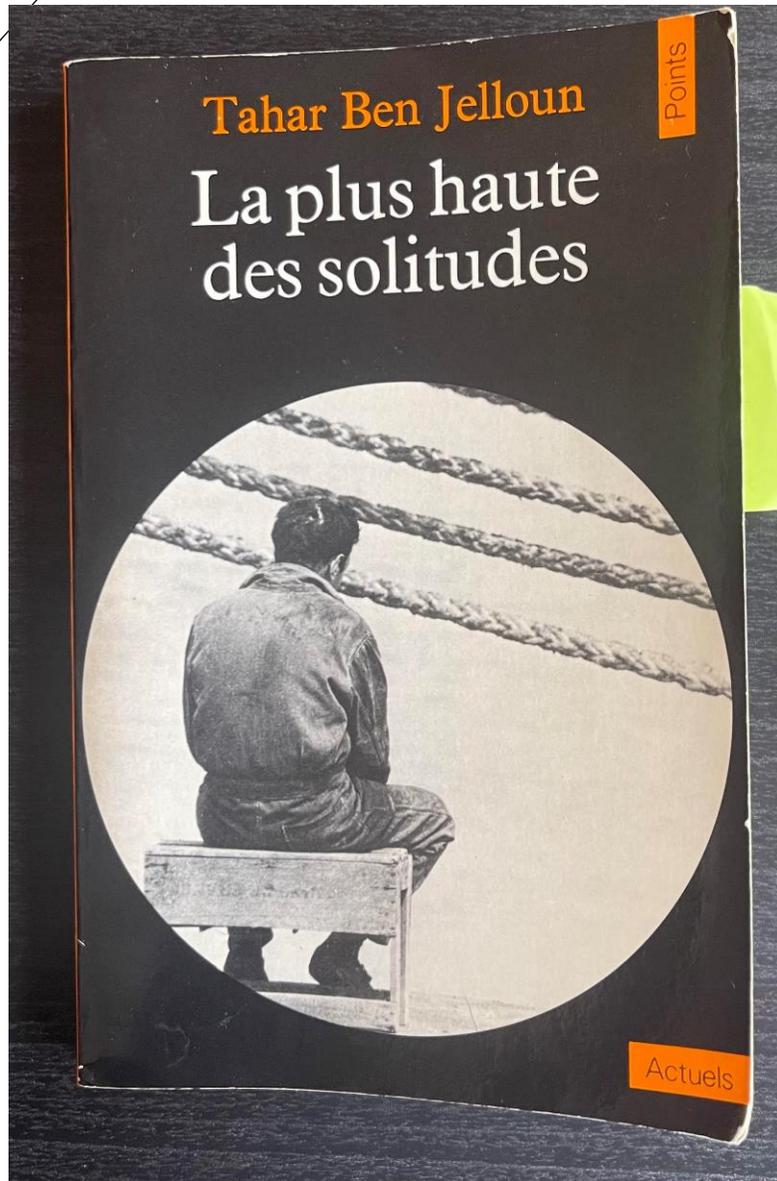
- Compétences sociales
- Bien-être social
- Autonomie sociale
- Loisirs et activités
- Usage des ressources publiques

EXCLUSION ET AUTO-EXCLUSION

- L'auto-exclusion (Jean Furtos): mécanisme de protection psychique face à la souffrance sociale.
- Autolimitation : « less is less »



De l'exclusion physique



À l'exclusion sociale

1977

Sayaka Murata

La fille de la supérette



À l'inclusion compliquée

NEURODIVERGENCES

- Troubles du spectre autistique (TSA) Troubles de l'attention
- Dyslexie/praxie/calculie/graphie/phasie
- Syndrome de Tourette
- Trouble obsessionnel compulsif (TOC)
- Haut Potentiel Intellectuel (HPI/HP/Zèbres)
- Personnalités schizotypiques

DEBAT : L'INITIATIVE SUNFLOWER



Find the Sunflower

Invisible disabilities index

Recent Members

Our **Sunflower** is for everyone
with a hidden disability

<https://hdsunflower.com>

HÉROS DU QUOTIDIEN

Les personnes atteintes de troubles psychiques sont des héros du quotidien car les épreuves sont partout:

Se former, travailler, être en lien, aimer, avoir des activités, des loisirs, être parent, se déplacer, voyager, gérer son budget, l'intimité, sa santé, la solitude.

Exemples

- L'étudiante en droit de 30 ans et son chien
- L'apprentie assistante dentaire de 32 ans
- Le réalisateur de film de 28 ans
- L'homme en noir de 45 ans en arrêt de travail depuis 10 ans
- Le JH avec une schizophrénie qui va chercher sa mère à l'aéroport
- L'homme qui avait brûlé tout son courrier administratif
- Le Beneficiaire, H de 38 ans, qui vient avec des classeurs et qui avait un bleu au visage et qui était en boîte de nuit avec Maradona et Tarantino
- Le bénéficiaire (M. Jardinier) et son retard d'apprentissage avec une lenteur de travail.

En conclusion,

La différence psychique, c'est :

La différence psychique pour l'autre :

- Pour réhumaniser l'autre
- Pour assumer ma responsabilité d'humain face au devoir d'assistance
- Pour ne plus avoir peur de l'autre et de sa maladie
- Pour m'engager dans la rencontre humaine
- Pour une reconnaissance des exploits de l'autre au quotidien
- Pour une meilleure qualité de lien dans la relation
- Pour aller plus loin dans le travail en commun

La différence psychique pour moi :

- Pour accepter mes parties différentes (ma non-perfection)
- Pour m'autoriser à vivre de façon différente
- Pour aller à ma rencontre comme humain vivant
- Pour m'affranchir de certaines contraintes mentales
- Pour davantage de liberté intérieure

Wabi-sabi, ou comment la réparation raconte une histoire



きん つ
金継ぎ

Merci pour votre participation !

Richard Best

richard.best@hin.ch