



Des groupes pour soutenir les enfants de parents en souffrance psychique

Silvia Parraga Furnari, psychologue-psychothérapeute FSP
Julie Bordet, psychologue FSP

Première conférence nationale jeunes aidants
«Dialogues et témoignages»
Vendredi 24 mars 2017



Lieu d'information et de soutien psychologique pour les enfants, adolescents et jeunes adultes confrontés à la souffrance psychique d'un parent

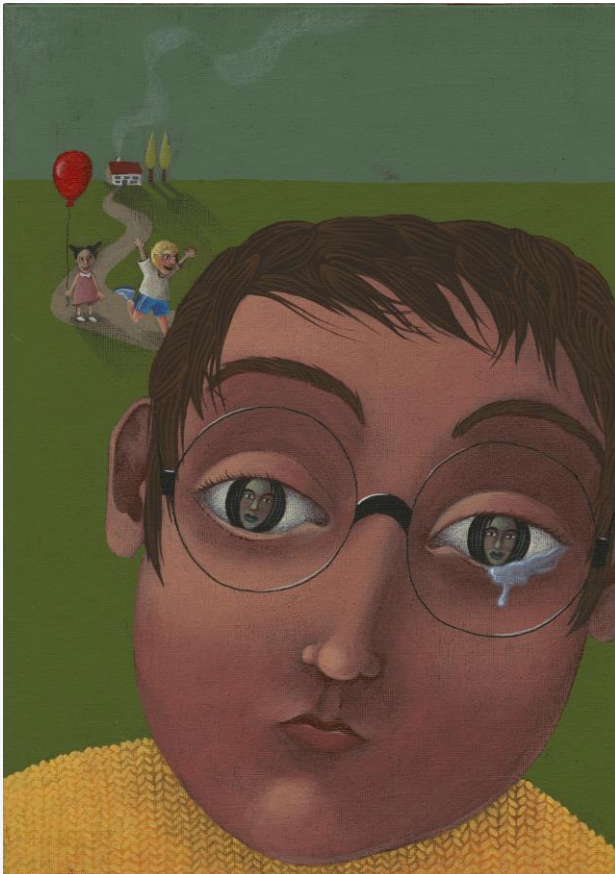
- Pour qui ?
 - 7 à 25 ans
 - Différents vécus avec le trouble psychique
 - Avec ou sans diagnostic



- Prestations:
 - Suivi individuel
 - Suivi en fratrie
 - Suivi parent/enfant
 - Groupes
- Fonctionnement:
 - Souplesse en fonction de la demande et du besoin
 - Le Biceps comme lieu «repère»
 - Prestations gratuites
 - Pas de rapport

Groupe «enfants»

~10 ans



Parfois je suis inquiet pour mon papa mais je n'ose pas le dire

Marco, 10 ans

Groupe «enfants»

Groupe de jeux de rôles autour d'une famille imaginaire avec un parent «malade»

- Jouer pour en parler: Favorise l'expression des vécus et des sujets tabous (maladie psychique, honte d'avoir un parent différent)
- Permet de sortir du sentiment de solitude
- Permet d'expérimenter des mises en scènes d'une famille similaire dans tous les possibles, dans un cadre sécurise
- Augmente la confiance en soi et diminue le sentiment de confusion des perceptions

Groupe «ados»

15-18 ans



Parfois j'ai
l'impression que
c'est moi l'adulte, je
deviens la mère de
ma mère

Kim, 16 ans

Groupe «Ados»

Groupe de parole : Echanger et s'entraider

- Favorise l'entraide et les échanges de conseils mutuels
- Favorise les prises de conscience
- Permet de rentrer dans les détails de la parentification
- Sentiment d'appartenance, diminution du sentiment de solitude à vivre dans ce contexte familial
- Reprise de la place d'adolescent dans la vie de tous les jours, et diminution des effets négatifs de la parentification

Groupe «jeunes adultes»

18-25 ans



J'aimerais pouvoir prendre un appartement, mais je ne peux pas laisser ma mère seule dans cet état...

J'ai l'impression que je ne pourrai jamais m'en sortir et que je n'ai aucun avenir...

Jules, 20 ans

Groupe «jeunes adultes»

Groupe de parole : La parole libérée et la prise d'autonomie

- Partage de vécus «extraordinaires» sans jugement
- Favorise la clarté de l'expression et diminue les non dits
- Soutien à la prise d'autonomie avec une vision à long terme du chemin de vie (leaving home, étapes de vie...)
- Préparation à rester un proche aidant sans être collé, sans s'oublier, sans culpabilité, etc.

En conclusion

- Chaque situation est spécifique
- Notre message :

Le parent n'est pas que «malade»

◆
LE BICEPS



Merci de votre attention