

entre 2 pôles

N°11
AVR
2016

le journal d'info de Bicycle

ASSOCIATION D'AIDE AUX FAMILLES D'ENFANTS
ET D'ADOLESCENTS AYANT UN TROUBLE DE L'HUMEUR
HYPERSENSIBILITÉ - CYCLOTHYMIE - BIPOLARITÉ
<http://www.bicycle-asso.org/>



ENTREE
ELEVES

Credit photo : © Bicycle

SOMM
-AIRE

L'ASSO :
QUESTIONNAIRE BICYCLE : QUEL BILAN?
PSYCHO : L'AUTOMUTILATION
INTERVIEW PAR VINCENT TRYBOU, PSYCHOLOGUE
CYCLO-KID/CYCLO-ADO :
DOSSIER SPÉCIAL FRATRIE
PARENTS-ÉCOLE : TÉMOIGNAGE
QUAND DÉSCOLARISATION RIME AVEC ORIENTATION
L'ACTU

02
04
07
09
12



édito

Cette année, recentrage des actions :

Bicycle est résolument une association V2.0 ! Face aux difficultés d'organisation et de tensions dans vos familles, nous avons bien compris qu'il fallait privilégier le « à distance » et encourager le maintien de la solidarité entre familles sur le groupe de parole Facebook. Rendez-vous en page 03 pour tous les nouveaux projets que nous allons petit à petit mettre en œuvre. Bénévoles bienvenus !

Pour mener sa politique d'information et d'encouragement aux soins adaptés dès l'enfance, Bicycle souhaite collaborer plus étroitement avec les établissements hospitaliers et extra-hospitaliers. Nous souhaitons obtenir l'agrément « représentant des Usagers », qui nous permettra de vous représenter dans les comités d'usagers des centres hospitaliers. Nous allons dans un premier temps déposer le dossier dans le Nord, grâce au travail remarquable de Jacqueline Maciejczak, la déléguée Bicycle-Nord.

J'encourage tout bénévole, tout parent, à exhorter ses services à collaborer, ce n'est pas parce que Bicycle encourage le diagnostic précoce, que l'on ne peut pas travailler ensemble et voir comment améliorer les prises en charge sans diagnostic.

Enfin un grand bravo à Franky et sa famille pour ce joli témoignage.

Franky, tout Bicycle te souhaite une riche vie au cirque, puisses-tu y trouver ton équilibre !

Amélie Clermont.



Bipôle Célèbre ! Benoît Poelvoorde

Comédien et humoriste belge, né le 22 septembre 1964 à Namur.

"C'est un flipper, la vie, et ce qui donne envie de jouer au flipper, ce sont tous ses bips. Eh bien moi, je produis les bruits du flipper. Depuis toujours. Enfant, déjà, j'étais comme ça. Je n'aime pas qu'il ne se passe rien."

Crédit photo : © S. Benhamas/Gamma

entre2pôles, le journal d'info de Bicycle

Bi-annuel gratuit pour les adhérents

Éditeur et imprimeur : Bicycle

Directrice de la publication et Rédactrice en chef : Amélie Clermont.

Rédaction : Laëtitia Payen. Direction Artistique : Éric Payen.

Ont participé à ce numéro : Vincent Trybou, Baptiste Brossard, Myriam, Franky.

Avec l'aimable autorisation de l'agence Gamma-Rapho.

Crédits photos : Bicycle, Capucine, Elise Hardy, Gamma-Rapho Keystone, Fotolia.

©Tous droits réservés. La reproduction, même partielle, de tout article ou image publiés dans entre2pôles est interdite.

Dépôt légal Avril 2014 ISSN : 2116-0554

Association Bicycle, 14 avenue Stéphane Mallarmé 75017 Paris - 09 70 46 23 24

www.bicycle-asso.org - contact@bicycle-asso.org

QUESTIONNAIRE

BICYCLE :

« DEVENEZ ACTEURS DE VOTRE ASSOCIATION ». QUEL BILAN ?

Début novembre 2015, nous vous avons sollicités pour recueillir votre avis par l'intermédiaire d'un questionnaire.

L'heure est venue de vous dévoiler le résultat de cette enquête.

Vous n'avez été malheureusement que trop peu à y participer... Loin de nous l'idée de vous jeter la pierre mais cela nous permet d'en tirer un premier constat : l'état d'épuisement général de nos familles !

En résumé ce sondage nous montre que vous avez avant tout un grand besoin d'écoute et d'accompagnement. Dans un premier temps la mise en place d'ateliers ne semble pas être la priorité. Il serait intéressant de les envisager dans un second temps quand la prise en charge de vos enfants sera plus adaptée. Ayant gagné en sérénité, vous deviendrez alors plus réceptifs à ce type d'initiative. Il nous paraît donc évident que le premier grand travail de Bicycle devra se faire auprès des médecins, des CMP, des hôpitaux pour faire connaître et reconnaître la cyclothymie-bipolarité juvénile avant 15 ans. Il nous semble également important de sensibiliser l'école à accueillir nos enfants qui y ont leur place.

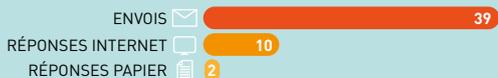
Pour répondre à vos demandes, nous envisageons de mettre en place progressivement des petits groupes de parole (8 personnes) sous forme de visioconférence.

Chez Bicycle, nous continuons à penser qu'il faut encourager nos enfants à participer à la vie associative. ■

LA PRESSE EN PARLE

http://quebec.huffingtonpost.ca/amelie-clermont/bipolarite-chez-les-enfants_b_9256438.html

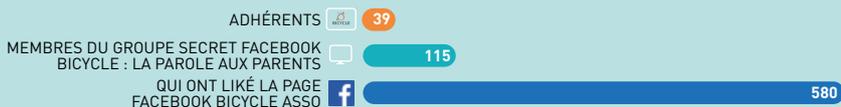
TAUX DE RÉPONSE PARENTS



TAUX DE RÉPONSE ENFANTS



RÉPARTITION DES MEMBRES BICYCLE POUR 2015



PLÉBISCITÉ PAR LES PARENTS :

- « **MODE D'EMPLOI** » PAPIER VULGARISÉ DU TYPE « LA CYCLOTHYMIE POUR LES NULS » TRANSMISSIBLE À L'ENTOURAGE DE L'ENFANT OU DE L'ADOLESCENT AU SENS LARGE DU TERME (FAMILLE, ÉCOLE, MÉDECIN...)
- **DÉBAT HEBDOMADAIRE** SUR UNE SITUATION DE LA VIE DE TOUTS LES JOURS AVEC NOS CYCLO KIDS/ADOS SUR NOTRE PAGE FACEBOOK.
- **RELAIS BICYCLE** AUPRÈS DES ÉCOLES (RÉUNION ET/OU DOSSIERS D'INFORMATIONS)
- **LES GROUPES DE PAROLE** EN LIVE OU VIRTUELS.



LES SUJETS QUI FONT DÉBAT :

RELATION AVEC LA FRATRIE, LA SCOLARITÉ EN PARTICULIER, LA DÉSCOLARISATION, COMMENT PRENDRE SOIN DE SOI, LES ADDICTIONS, QUEL SUIVI PSY ? COMMENT PARLER DE LA MALADIE ? COMMENT ABORDER LE DÉNI DU TROUBLE.

LE + DU GROUPE SECRET FACEBOOK BICYCLE LA PAROLE AUX PARENTS :

VOUS ÊTES ENCORE NOMBREUX À NE PAS OSER PARLER ET/OU PARTICIPER MAIS VOUS ÊTES TRÈS NOMBREUX À NOUS LIRE ! LA MALADIE MENTALE RESTE ENCORE UN TABOU. LE STATUT SECRET DE CE GROUPE VOUS ASSURE UNE PARFAITE CONFIDENTIALITÉ SUR LA TOILE.



COMMENT AVEZ-VOUS CONNU BICYCLE ?



AUJOURD'HUI CE SONT EN GRANDE PARTIE LES FAMILLES QUI ORIENTENT LES MÉDECINS VERS BICYCLE.

PLÉBISCITÉ PAR LES ENFANTS :

- RUBRIQUE "J'AI UN TALENT FOU" SUR NOTRE SITE INTERNET ET/OU NOTRE PAGE FACEBOOK QUI PRÔNE L'EXPRESSION SOUS TOUTES SES FORMES
- **RELAIS BICYCLE** AUPRÈS DES ÉCOLES
- **PARTICIPER** À L'ÉLABORATION DE DOCUMENTS POUR EXPLIQUER SA DIFFÉRENCE À SON ENTOURAGE LARGE.



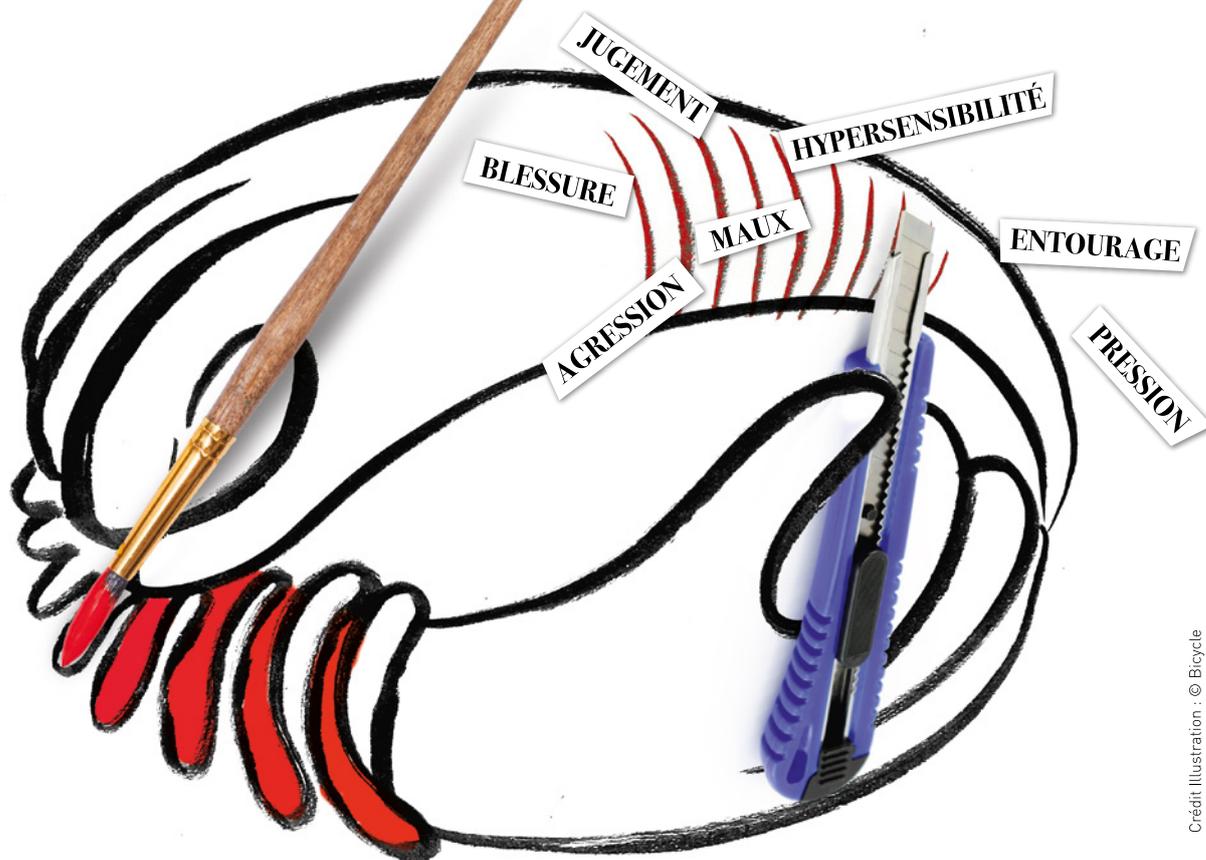
POUR OU CONTRE LES ATELIERS BICYCLE ?

10 NON
2 OUI

- LES RAISONS INVOQUÉES DANS L'ORDRE :
- LIEU TROP ÉLOIGNÉ,
 - FATIGUE,
 - MANQUE DE TEMPS,
 - NE SONT PAS INTÉRESSÉS

VOS ENFANTS SONT-ILS SCOLARISÉS ?





Crédit Illustration : © Bicycle

COMPRENDRE L'AUTOMUTILATION : RENCONTRE DES APPROCHES PSYCHOLOGIQUES ET SOCIOLOGIQUES

Les troubles de l'humeur prédisposent nos enfants à l'automutilation. Chez Bicycle de nombreux parents rapportent des coupures, des brûlures, des scarifications chez leurs enfants. Cette atteinte au corps fait immédiatement surgir chez nous, parents, le spectre de la tentative de suicide et pourtant le phénomène et les enjeux sont bien plus complexes. Décryptage de cette pratique qui nous inquiète...

*Extraits de l'entretien autour de l'ouvrage de Baptiste Brossard : Se blesser soi-même. Une jeunesse autocontrôlée (Alma Editions, Paris, 2014) entre :
- Vincent Trybou, psychologue clinicien (CTAH, Paris)
- Baptiste Brossard, sociologue, Université de Montréal / CSSS Bordeaux-Cartierville-Saint Laurent*

Retrouvez l'intégralité de l'article sur : <http://ctah.eu/dossier-automutilation.php?r=1504>

Vincent Trybou : Qu'est-ce qui vous a amené à travailler sur ce sujet ?

Baptiste Brossard : L'automutilation soulève de nombreux défis pour les sociologues puisque c'est une pratique solitaire, traditionnellement étudiée en psychiatrie et en psychologie. En proposer une approche sociologique nécessite donc un retournement de conception : ne plus l'aborder comme la conséquence de problèmes « internes » aux individus, mais comme la conséquence de la situation sociale dans laquelle sont placés les individus.

VT : Quelles sont les raisons les plus classiques de commencer à s'automutiler ? On parle souvent d'agressions sexuelles comme si les automutilations étaient toujours dues à une agression sexuelle. Certains pys disent que c'est une conduite clairement suicidaire, mais pas complètement assumée, ou encore une conduite visant à attirer l'attention de la famille, ou encore à se reconnecter à son corps voire exprimer une haine de son corps, etc.

BB : Il faut clarifier ce qu'on entend par « raisons ». Cela peut signifier la raison à laquelle pensent les individus au moment où ils se blessent. Se dire : « je vais me blesser parce que X ». Sur ce plan, les personnes que j'ai rencontrées relatent la diffuse sensation d'un malaise, liée à la fois à un contexte général (mauvaise entente dans la famille, stress lié aux cours, souvenir d'un abus

sexuel, etc.) et à une situation qui les fait se sentir mal sur le moment (une dispute, une incompréhension, un événement stressant). Une autre signification de « raisons » peut être les conséquences anticipées d'un acte. « Je me blesse parce que cela aura pour effet X ». Et contrairement à une idée répandue, la conséquence escomptée est très rarement l'attention des autres. C'est plus le soulagement face à des émotions perçues comme négatives telles que de l'anxiété ou de la tristesse. Les raisons peuvent enfin désigner les motifs dont l'individu n'a pas conscience sur le moment. Cela peut concerner des motifs « cachés » que les individus cherchent à retracer après-coup, notamment sous l'impulsion d'une psychothérapie. « Je me rends compte que je me blesse parce que X ». A ce sujet, les personnes relatent souvent des sentiments tels que la volonté de se punir, de se rapprocher symboliquement de la mort, etc. Il y a aussi les raisons qui n'interviennent pas nécessairement dans ce que se disent les individus. Par exemple, le système scolaire, son fonctionnement, le contexte de chômage et la valorisation sociale de la réussite scolaire produisent une pression qui semble motiver les auto-blessures pour certains, et agissent en ce sens comme des raisons de l'automutilation. Chaque personne procède selon une combinaison unique de « raisons » qui, elles, sont plutôt récurrentes et par extension collectives.

VT : Du coup, quel est votre modèle explicatif ?

BB : Pour résumer, mon analyse se base dans un premier temps sur la description la plus précise possible de ce en quoi consiste la pratique de l'automutilation dans le quotidien des personnes concernées. J'en suis ainsi venu à considérer que l'automutilation est une pratique d'autocontrôle, c'est-à-dire une pratique qu'« utilisent » les individus pour se contrôler et ainsi faire face aux tensions de leur vie sociale. Il s'agit en quelque sorte de gérer soi-même son quotidien sans déranger personne et sociologiquement, c'est assez intéressant puisque si l'automutilation est socialement stigmatisée, hors-norme, « déviante », cette pratique permet aux individus de ne pas perturber l'ordre social. Transgresser les normes pour mieux les respecter. Dans un second temps, j'ai cherché à comprendre pourquoi certaines personnes envisagent de se blesser elles-mêmes pour s'autocontrôler, pourquoi elles « choisissent » l'automutilation et pas une autre pratique. J'ai alors distingué trois dimensions de l'automutilation – c'est une conduite discrète, « déviante », corporelle – et cherché à comprendre ce qui, dans leur socialisation et dans leur vie familiale, les a conduit à « chercher » une pratique discrète (par exemple une vie familiale où la communication n'est pas perçue comme possible), une pratique « hors-normes » (par exemple certaines socialisations donnent aux individus l'impression d'être fondamentalement différents, atypiques) et une pratique corporelle (la « corporéisation du mal-être » que j'évoque plus bas). L'idée est que l'automutilation peut être envisagée si ces trois processus sont réunis, mais pour chaque individu, différentes raisons provoquent ces processus. Dans mon livre, je montre que ces raisons impliquent les différents milieux sociaux dans lesquels sont socialisés les individus concernés.

VT : Pensez-vous qu'au delà de l'interdit de parole, il y a une question d'impulsivité, dans la mesure où une personne impulsive vit moins bien l'interdit de parole qu'une personne peu impulsive ? Au CTAH, nous avons beaucoup de patients bipolaires et cyclothymiques. L'impulsivité inhérente à la maladie bipolaire couplée à l'interdit de la parole (ou formatage de l'identité par la famille) est mon hypothèse explicative.

BB : Je suis d'accord avec cette explication avec deux propositions d'amendement. D'une part, je ne pense pas qu'il faille limiter l'expression à la parole. Cette adéquation est située socialement, on sait notamment que parmi les classes populaires et dans les sociabilités masculines le lien social s'établit plus par le « faire avec » que par le « parler ensemble ». Il serait plus « universel » de parler d'expression rituelle : chacun, selon sa socialisation, associe son désir d'expression à une forme rituelle d'expression. Cela peut être la parole mais aussi l'écriture, diverses activités, les travaux manuels, la danse, etc. D'autre part, il me semble important de distinguer les formes d'impulsivité qui sont socialement reconnues, par exemple dans certains milieux sportifs ou artistiques où il faut faire preuve d'impulsivité pour réussir, d'autres qui ne le sont pas. Dans certains milieux professionnels, on valorise plus le contrôle de soi, je pense aux professionnels qui agissent en situation d'urgence [comme les médecins et infirmiers urgentistes] et doivent faire preuve de sang-froid quoi qu'il arrive. Certains troubles mentaux réfèrent directement à ce façonnement social des impulsions. Emily Martin, une anthropologue new-yorkaise, a par exemple bien fait le lien entre les symptômes du trouble bipolaire et les figures sociales de la réussite telles qu'elles sont médiatisées aux États-Unis. Elle

montre notamment comment on présente les entrepreneurs à succès, ou certains artistes comme Robin Williams, oscillant entre phases dépressives et hyperactivité créative.

VT : Abattons quelques préjugés trop répandus. Y a-t-il un côté « je me la joue », « tendance » ou « héroïque » dans l'automutilation ou au contraire un vrai tabou avec la peur que cela soit remarqué ?

BB : J'ai écarté d'office l'hypothèse de la « tendance », parce qu'il paraît peu vraisemblable que des jeunes se mettent à se blesser eux-mêmes, se couper, se brûler, ce qui n'est pas rien dans une société où l'on valorise l'entretien du corps, juste pour être à la mode. C'est une explication – répandue – qui vise surtout à discréditer les personnes concernées (des ados un peu idiots qui s'automutileraient pour faire comme leurs copains ou comme à la télévision) et qui occulte les vraies questions. Aussi, les personnes que j'ai rencontrées ont mis l'accent sur leur peur que leur

pratique soit découverte par les autres. Et elles ont raison dans le sens où c'est une pratique stigmatisée socialement qui peut donner lieu à beaucoup de rejet. Plus encore, la recherche de discrétion constitue un « avantage » de l'automutilation. En comparaison à d'autres pratiques permettant de s'autocontrôler émotionnellement – parler à un ami, manger, pleurer, écouter de la musique, écrire, prendre des drogues, des médicaments ou avoir des relations sexuelles, etc. –, l'automutilation est relativement la plus discrète. Elle peut être pratiquée à tout moment, dans une salle de cours, en réunion, dans les toilettes du lycée ou du lieu de travail... puis ensuite les cicatrices peuvent être dissimulées assez aisément. Enfin, les personnes concernées se trouvent souvent dans des situations familiales où on leur demande de ne pas afficher d'émotions négatives, de problèmes, de déviances quelconques. Ce sont par exemple des familles où le désir d'ascension sociale est un leitmotiv, où les parents exigent de leurs enfants qu'ils renvoient une image d'eux très lisse, une image d'enfants-modèles. L'automutilation permet de supporter les tensions de ce type de situation tout en restant discret sur les moyens de gérer ces tensions, donc,

respectant en définitive les attentes familiales en la matière.

VT : Pages 129 et 130, vous dites que l'auto-agressivité persiste même si on arrête les automutilations, qu'elle peut se « transformer » en boulimie ou en consommation d'alcool. Vous parlez des gens qui s'interdisent de s'automutiler ?

BB : L'automutilation est une manière de gérer son quotidien. Par exemple, pour les personnes qui font fréquemment des crises d'angoisse, c'est une technique simple et efficace pour se calmer. Donc logiquement, si elles souhaitent cesser de se blesser mais que les crises d'angoisse continuent, il faut trouver un autre moyen, un substitut, qui peut être socialement légitime (le travail intensif) ou non (les drogues), inoffensif pour la santé (l'écriture) ou non (les troubles alimentaires). Aussi, parmi les personnes qui cessent de se blesser sans « remplacer » l'automutilation par une autre pratique, la disposition à s'automutiler persiste, dans le sens où si l'automutilation n'est alors plus une pratique quotidienne, l'envie de se blesser revient en cas de coup dur.

VT : Donc on reste dans l'idée que tant que l'expression émotionnelle n'est pas efficace, les automutilations ne peuvent pas se résorber ? J'entends par « expression émotionnelle » le fait que la personne apprenne à exprimer ce qu'elle est avec solidité, que son entourage soit d'accord ou pas, que cette personne se donne une légitimité elle-même.



Crédit photo : © Bicycle

“ LES TATOUAGES REMPLACENT DE PLUS EN PLUS LES ZONES DU CORPS QUI ONT FAIT L'OBJET DES AUTOMUTILATIONS. ”

...SUIVE DE LA PAGE 05

BB : Les personnes qui ont arrêté de se blesser disent en général qu'elles ne vivent plus de situations aussi stressantes, perturbantes ou angoissantes qu'avant souvent parce qu'elles ont trouvé un mode de vie qui produit moins de situations de ce type. La mise en couple, l'intégration d'un groupe d'amis, la vie en collocation peuvent avoir cet effet : il s'agit de côtoyer des personnes à qui il est possible de parler, ou qui « sponsorisent » l'arrêt des blessures de façon compréhensive. A ce sujet, les rituels visant à marquer la fin de cette période d'automutilation me semblent importants. Je rencontre et j'entends de plus en plus parler de personnes qui se tatouent les zones du corps qui ont fait l'objet des automutilations. Je trouve le processus intéressant, il s'agit ici de remplacer des marques renvoyant à une expression peu travaillée par des symboles sociaux plus esthétisés, plus construits. Les arrêts coïncident donc en général avec la définition d'un nouveau sens attribué à sa propre trajectoire, soit par la création de certaines relations sociales, soit par la mobilisation de rituels qui expriment un renouveau : tourner une page.

VT : Mais au fait, pourquoi la violence de ces personnes ne sort pas sur des objets ? Page 290, vous parlez de la haine du corps. Pouvez-vous nous expliquer ce qui engendre cette haine du corps ?

BB : Je parle de « corporéisation du mal-être » pour signifier que les personnes concernées, au cours de leur histoire, ont dû intégrer l'idée ou la sensation que leur corps est le lieu de leur mal-être. Cela explique d'après moi pourquoi certaines personnes n'envisageraient pas un instant de se faire mal volontairement alors que d'autres y pensent comme si c'était naturel. Pour ces dernières, certains événements corporels tels que les abus sexuels, ou encore des processus plus longs, par exemple lorsque le corps fait l'objet de conflits familiaux (notamment quand les parents reprochent à leurs enfants de ne pas paraître assez féminins ou masculins), ont provoqué une « corporéisation du mal-être », c'est-à-dire les ont menés à percevoir leur corps comme un élément problématique dont, par conséquent, l'attaque peut provoquer un soulagement.

VT : Au final, est-ce que l'apprentissage de l'affirmation de soi (apprendre à s'imposer, à dire son opinion, à assumer ses choix indépendamment de l'approbation) n'est pas la meilleure des techniques ?

BB : L'affirmation de soi nécessite au préalable un sentiment, un jugement positif de soi-même qui ne peut advenir que si certaines conditions sont réunies. Dans la vie sociale des adolescents et jeunes adultes aujourd'hui, je trouve que ce sentiment est difficile à atteindre. Si l'on prend par exemple le système scolaire, où ces jeunes passent une partie très importante de leur temps, il est très élitiste en France et centré sur certaines compétences (les maths et le français, les dissertations). Autrement dit, il produit chez une majorité de jeunes le sentiment, précoce par ailleurs, d'être peu ou pas intelligent parce qu'ils n'arrivent pas à faire de plans en trois parties ou à résoudre des équations. Et pour la minorité qui y arrive, fonder son « affirmation de soi » sur ce type de compétences ne me paraît pas très constructif non plus. Il y a une multitude de formes d'intelligence, et l'École, au lieu de valoriser dès la petite enfance le peu d'élèves qui en ont une en particulier (statistiquement, on sait que ce sont ceux issus des milieux les plus favorisés), de viser l'uniformisation mentale et comportementale, pourrait servir à aider chacun à trouver « la sienne ». On pourrait appliquer ce raisonnement à beaucoup de mondes sociaux, le travail, la famille, etc. Donc oui, l'affirmation de soi paraît cruciale, mais en tant que sociologue, j'y vois une question d'institutions sociales plus que de personnalités.

VT : C'est pour cela qu'en thérapie, on préfère que leur positionnement social repose sur l'affirmation de soi plutôt que sur les bonnes notes, la performance ou l'approbation de l'entourage.

BB : C'est un bel idéal, très démocratique, de viser à ce que chacun s'affirme indépendamment des structures sociales dans lesquelles il se trouve pris. Je n'avais jamais envisagé la posture du psychologue sous cet angle. Je ne sais pas si une telle affirma-

tion de soi « individualiste » est possible, mais en tout cas cela rejoint un sentiment que m'ont décrit beaucoup d'enquêtés : l'impression que, étant donné leur situation familiale et scolaire, ils n'existent pas « vraiment », « pour eux-mêmes », mais à travers ces institutions (la Famille, l'École). En ce sens, la thérapie a peut-être pour rôle de détacher subjectivement (c'est-à-dire de leur point de vue) les individus des institutions dans lesquelles ils évoluent, de leur donner une distance face à ces institutions, surtout pour qu'ils n'en attendent pas des signes leur donnant l'impression qu'ils ont le « droit d'exister ».

VT : Dans votre ouvrage, vous parlez des comportements déviants, c'est-à-dire hors-normes, dans la continuité des travaux de Patricia et Peter Adler. Pensez-vous que les automutilations soient l'expression d'une norme dans un milieu donné ou au contraire d'un manque de limites, comme le suggèrent certains pysys ?

BB : L'automutilation est à la fois un comportement déviant et normatif. Il est déviant parce que considéré comme hors-norme dans tous les milieux sociaux à ma connaissance – y compris sur les forums Internet, on en parle au mieux comme un problème courant mais jamais comme quelque chose qu'il est recommandé de faire. Il est aussi normatif parce qu'il permet de réaliser une norme culturelle prédominante : se contrôler, gérer les situations en restant discret, « prendre sur soi ». Mais je n'irais pas jusqu'à dire qu'il s'agit de la conséquence d'un manque de « limites ». Certains pysys défendent en effet cette théorie. Si j'ai bien compris, l'idée est que les jeunes se blesseraient car ils devraient trouver eux-mêmes ces limites corporelles et sociales que leur éducation ne leur aurait pas permis d'acquérir, ou que leur psychisme n'aurait pas. Je trouve que cette analyse est en définitive très conservatrice. Ne pas avoir de limites, cela signifie, en quelque sorte, ne pas respecter spontanément l'ordre établi, la façon dont fonctionne la société. Donc, faire du « manque » de limites quelque chose de pathologique revient à considérer ce qui est établi comme un ordre fondamentalement bon pour la santé mentale, dont la transgression serait mauvaise pour la santé mentale. Or, « manquer de limites » peut être très positif ! Des jeunes qui ont apparemment un problème de « limites », on en trouve à l'origine des meilleurs courants musicaux et des mouvements politiques les plus créatifs ! C'est là une différence fondamentale entre mon approche sociologique et celle de la plupart des pysys qui traitent d'automutilation. Pour résumer de façon schématique, ces derniers insistent sur le fait que les jeunes concernés ont des problèmes dans un monde social qui pourrait leur apporter tout ce qu'il faut pour aller bien. J'insiste pour ma part sur le fait que l'automutilation révèle des problèmes sociaux globaux, qui nous concernent tous. Cette différence théorique implique une différence de positionnement politique : soit on s'attache à guérir une minorité de personnes apparemment plus faibles que les autres, soit on met en cause les institutions sociales dans leur ensemble. A mon avis, il est important que ces deux approches existent. ■

Nous remercions V. Trybou pour son aimable autorisation de reproduction.



A LIRE

**Se blesser soi-même.
Une jeunesse autocontrôlée.**

De Baptiste Brossard.
Éd. Alma Éditeur,
coll. Essai-Sociologie, 2014.

Pas facile non plus pour tes frères et sœurs de vivre au rythme de tes humeurs, voici un petit dossier à partager sans modération avec toute ta fratrie ! Dans ces pages, on vous propose d'explorer quelques pistes pour un début de mieux vivre ensemble.

1/ Quand ton frère/ta sœur invite des copains(ines) à la maison :

- ◆ Tu es jaloux(se) et tu passes ton temps à les embêter.
- Tu es super content(e) ça fait de l'animation à la maison.
- Tu t'ennuies et tu regardes l'heure en calculant le temps qu'il reste avant leur départ.
- ▲ Tu en profites pour passer toi aussi un bon moment en parlant fort et en racontant 1000 anecdotes à la minute attirant ainsi tous les regards sur toi.

2/ Ton frère/ta sœur t'a organisé une sortie surprise :

- ◆ Tu réagis violemment, tu détestes les surprises, tu lui dis que tu ne viendras pas.
- Il/elle te connaît par cœur, aucun doute que cela te fasse plaisir !
- Une surprise, pour quoi faire ?
- ▲ Avec tout ce que tu as déjà prévu dans ton planning, tu n'as pas le temps.

3/ Ton frère/ta sœur a changé de parfum

- ▲ Tu le remarques immédiatement, tu préférerais l'ancien.
- Ça te dérange, tu n'aimes pas les changements.
- ◆ Tu lui demandes impérieusement d'aller se doucher, tu ne peux pas supporter cette nouvelle odeur.
- Ça change, c'est agréable, cette nouvelle fragrance va bien avec sa personnalité.

4/Ton frère/ ta sœur n'aime pas le pull que tu portes et te le fais remarquer

- ◆ Tu lui lances la première chose qui te passe par la main en hurlant.
- C'est pas grave tous les goûts sont dans la nature, l'essentiel est qu'il te plaise.
- ▲ Tu retournes illico dans ta chambre et sors tous les pulls de ton armoire, les essayages n'en finissent plus et tu n'oses plus sortir : tu les aimes tous et rien ne te va.
- Tu te sens tellement moche que même un pull beau est moche sur toi...

5/ Tu as passé ta journée sur ta console de jeux, ton frère/ta sœur vient te voir :

- Tu lui proposes de faire une partie avec toi.
- ◆ Tu lui hurles dessus : il ne voit pas que tu es occupé(e), il va te faire perdre cette partie hyper importante !
- Tu ne remarques même pas sa présence.
- ▲ Tu lui expliques pourquoi tu aimes ce jeu : tu es un super héros et en plus tu as plusieurs vies.

6/ Ton frère/ta sœur n'arrive pas à résoudre un problème de maths :

- ◆ Tu lui dis que c'est trop facile et qu'il/elle est vraiment trop nul(le).
- Tu lui expliques patiemment le raisonnement et les calculs pour y parvenir, tu recommences plusieurs fois s'il le faut sans t'énerver et en l'encourageant.
- ▲ Tu lui fais son exercice : il est trop lent pour toi tu as plus vite fait de le faire que de lui expliquer, à force il y arrivera.
- Les maths c'est trop dur, toi aussi tu n'y arrives pas et en plus tu ne vois pas l'intérêt de faire ça.

7/ Il ne reste plus qu'un yaourt dans le réfrigérateur et en plus c'est votre parfum préféré à ton frère/ta sœur et toi :

- ▲ Tu te précipites dans le réfrigérateur pour t'emparer du yaourt mais en dernière minute tu le tends royalement à ton frère/ta sœur en lui faisant bien remarquer que "tu es vraiment trop gentil(le)", tu n'hésiteras pas à te servir de ton acte de générosité toute la journée !

- Tu lui laisses de toute façon tu n'as pas faim et tu n'as envie de rien...
- La dernière fois, c'est lui qui t'avait donné ton yaourt préféré, tu lui laisses donc avec plaisir, c'est la joie du partage.
- ◆ Il est pour toi sinon de toute façon tu fais une crise! Hors de question de céder, tu sais qu'il/elle le fera pour l'éviter !

8/ C'est bientôt l'anniversaire de ton frère/ta sœur :

- ▲ Tu passes tes journées entières à imaginer le "cadeau parfait", pour toi il est forcément original et donc compliqué !
- ◆ Tu ne penses jamais à son anniversaire.
- Tu choisiras un cadeau de sa liste comme ça tu es sûr(e) de lui faire plaisir.
- Tu changes d'avis tout le temps, tu choisiras son cadeau en dernière minute.

9/ Ton frère/ta sœur ne veut pas partager une activité avec toi :

- ◆ Tu l'insultes et/ou tu le tapes et tu lui dis que tu le/la détestes.
- ▲ Tu essaies de la convaincre avec 1000 arguments.
- Tu respectes son choix, tu attendras qu'il/elle soit mieux disposé(e) pour réitérer ta demande.
- Ça ne t'étonne pas, de toute façon personne ne t'aime...

10/ Quand tu as une idée en tête

- ▲ Il t'arrive d'aller réveiller ton frère/ta sœur en pleine nuit pour lui en faire part.
- Une idée ? Quelle idée ? Tu n'en as jamais ou alors elles sont toutes nulles...
- Tu demandes son avis à ton frère/ta sœur, à deux on peut toujours l'améliorer.
- ◆ Ce n'est pas une idée, c'est un ordre et il faut que ton frère/ta sœur l'exécute sur le champs !

ET TA SOEUR ?!
LE TEST :
QUEL(LE) FRÈRE
OU SOEUR ES-TU ?



FAIS TES COMPTES!

Tu as un maximum de ▲ : frère/sœur excité(e)

Tu as 1000 idées à la seconde, tu trouves ton frère/ta sœur trop lent, trop mou/molle. Toi tu tourbillonnes dans la maison et tu épuises tout le monde à commencer par toi-même ! Dans ces moments là, surveille particulièrement ton sommeil, essaie de te fixer de petits objectifs et de faire les choses l'une après l'autre. Cela calmera ton cerveau et ton frère/ta sœur arrivera à te suivre !

Tu as un maximum de ■ : frère/sœur déprimé(e)

On peut dire que tu ne vois pas la vie en rose et l'énergie de ton frère/ta sœur t'épuise encore plus. Et si tu essayais de voir les choses différemment ? Et si en ce moment ton cerveau te racontait n'importe quoi ? Non tu n'es pas un boulet et oui plein de monde t'aime ! Tu as besoin de reprendre confiance en toi. Essaie de partager des moments avec ton frère/ta sœur : tu risques d'y prendre du plaisir et d'en donner aussi et ça c'est bon pour ton estime !

Tu as un maximum de ● : frère/sœur protecteur(trice)

Aucun doute tu es un(e) super frère/sœur ! La relation que tu entretiens avec ton frère/ta sœur est remarquable et remplie de bienveillance. Attention cependant n'oublie pas de prendre du temps pour toi également car sinon tu risques de t'épuiser. Cela te mettra d'être suffisamment bien toi-même et de ne pas te perdre pour être une ressource de qualité pour ton frère/ta sœur.

Tu as un maximum de ◆ : frère/sœur tyran

Il y a des choses que ton cerveau t'impose et parfois tu ne peux pas faire autrement que de lui obéir. Malheureusement dans ces cas-là c'est souvent ton frère/ta sœur qui en pâtit... Ne serait-ce pas des peurs ou des angoisses qui te font insulter ton frère/ta sœur plutôt que de lui dire que tu l'aimes ? La prochaine fois, essaye! A coup sûr ce sera plus efficace et tu culpabiliseras moins après !

CycloQuizz sur ton frère ou ta soeur

Tu as un cyclo frère/sœur et tu te poses régulièrement des questions sur ta relation avec lui/elle ? Alors aucun doute, ce quizz est pour toi ! Répond par vrai ou par faux aux affirmations suivantes. Regarde vite les réponses en miroir pour tordre le cou aux idées reçues !

Mon frère/ma sœur n'est pas méchant(e) et/ou manipulateur(trice).

VRAI ton frère/ta soeur est victime en premier lieu de sa maladie et de son hypersensibilité. Il/elle se retrouve parfois en proie à un véritable tsunami émotionnel : à ce moment là c'est comme si ton frère/ta soeur perdait le contrôle. Il/elle ne peut pas faire autrement même si il/elle ne te le dit pas cela paraît difficile à imaginer. D'ailleurs même si il/elle ne te le dit pas forcément très souvent après coup il/elle regrette cette irritabilité et cette impulsive disproportionnées qui peuvent te faire très mal... Souvent une autre émotion se cache derrière cette colère envahissante : peur, angoisse, frustration... Ce sont ces émotions qu'il faut réussir à dompter et pas ton frère/ta soeur qui est loin de se résigner à une maladie.

Mes parents préfèrent mon frère/ma soeur à moi.

VRAI c'est vrai que ton frère/ta soeur mobilise énormément l'attention de tes parents en puisant aussi beaucoup de leur énergie. C'est encore plus vrai pendant les périodes de crise. Fatigués, ils peuvent avoir plus d'exigences envers toi et oublier parfois de te dire comme ils t'aiment ou te demander tout simplement comment tu vas... Sache que les méthodes éducatives classiques (dont toi tu as peut-être bénéficié et qui accentue ton sentiment d'injustice) ne fonctionnent pas sur ton frère ou ta soeur et qu'une certaine flexibilité est indispensable pour assouvir l'autorité de tes parents.

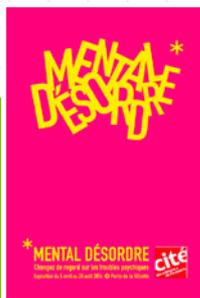
Je ne suis pas obligée de m'occuper de ce frère/cette soeur

pour soulager mes parents.

VRAI Plus que de t'occuper de ton frère ou ta soeur, tes parents ont besoin que tu comprennes le fonctionnement de ce frère ou de cette soeur "différent(e)". Ils ont besoin de ta patience, de ton empathie car un climat de sérénité dans la famille est indispensable aux changements positifs qui sont attendus du traitement médicamenteux. Tes parents n'attendent surtout pas de sacrifices de ta part ni trop de responsabilités et aiment passer du temps juste avec toi. Ils sont aussi là pour te protéger et écouter ton avis et tes souhaits par rapport à ton cyclo frère/sœur notamment.

ON AIME

Exposition
"Mental Désordre",
Cité des Sciences
et de l'Industrie, Paris.
Du 5/04 au 28/08/2016
À partir de 10 ans



Un bon moyen de comprendre et de partager ensemble l'impact des troubles psychiques sur toute la famille mais aussi les mécanismes et les conséquences sur celui qui les subit. Ou comment rétablir la communication en particulier au sein de la fratrie de façon ludique et joyeuse ! A travers de nombreux ateliers et expériences, vous apprendrez à reconnaître vos émotions, lutter contre vos peurs ou bien encore broyer vos soucis...

Moi aussi je vais obligatoirement déclencher la maladie un jour.

FAUX malgré le caractère génétique de la maladie, seuls 10% seront touchés par la pathologie. La prédisposition familiale incite cependant à bien se connaître. Maîtriser parfaitement la maladie et ses déclencheurs est aussi une source de protection pour le futur.

C'est normal d'avoir des pensées "terribles" contre ce frère/cette soeur

*(par exemple désirer sa mort ou souhaiter
qu'il/elle parte définitivement de la maison).*

VRAI avec ce frère/cette soeur mi-ange mi-démon, tu es stressé(e) en permanence car tu vis dans l'angoisse permanente d'une nouvelle crise. Envoyée l'insouciance de l'enfance ou de l'adolescence : cette agression quotidienne est un traumatisme. Dans ces conditions, c'est normal d'osciller entre colère et culpabilité. Etre confronté(e) parfois à l'impuissance et au découragement de tes parents est aussi très anxiogène. Si on ajoute à cela l'isolement imposé de la famille par lassitude, peur ou honte des comportements de ton cyclo frère/sœur, pas étonnant de se sentir dysfonctionnel(le)... L'idéal serait de pouvoir faire des pauses de temps en temps sans ce frère ou cette sœur "attachant(e)" mais qui prend tant de place !

Ce frère/ cette sœur ne m'apporte que des problèmes

FAUX A première vue il est normal de ne voir que du négatif lorsqu'un handicap est présent dans la famille d'autant plus lorsqu'il s'agit d'une maladie mentale et que ce handicap est invisible au premier abord. Mais ce frère/cette soeur te permet de développer des qualités de tolérance, d'empathie en étant confronté(e) à la différence. Cela pourra être très utile dans ta vie future. Tu gagnes en maturité et une telle traversée rend plus fort. D'après Antoine de St Exupéry «si tu es différent de moi mon frère, loin de me léser, tu m'enrichis».

Témoignages :

“Quand mon frère est en crise, je me sens parfois comme un fantôme”
Atsuki, 10 ans.

“Quand j'étais enfant, on a diagnostiqué une maniaque-dépression à ma sœur aînée. Ce qui a été le plus difficile à vivre pour moi c'est que mes parents ne me demandaient jamais comment j'allais. J'allais forcément bien, ils ne se préoccupaient que de ma sœur”
Amandine, 39 ans.



La préférée

Avoir un frère ou une sœur handicapé(e) est souvent une souffrance cachée. Emma a une sœur autiste et elle se sent "oubliée". Dans ce roman le regard sur la maladie psychique est très juste. Dire sa souffrance n'est pas facile, en parler aux autres est quasiment impossible, quant au regard des autres il est insupportable et parfois révoltant. " il n'y avait aucune place pour mon désir à moi(...). J'étais une sorte de pion, déplacé sur un échiquier géant où les reines et les fous avaient plus de droits que moi"

de Sylvaine Jaoui, éditions Casterman, à partir de 10 ans

LE TUTO



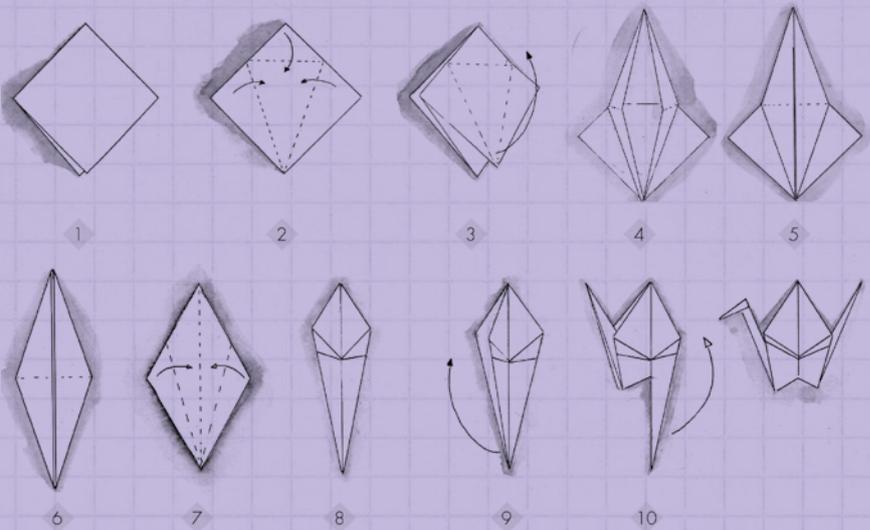
ET SI ON FAISAIT LA PAIX !

LE SENBAZURU

Le senbazuru tire son origine d'une légende japonaise intitulée "la légende des mille grues" qui est devenue un symbole de paix dans le monde entier. On raconte que si l'on plie mille grues en papier dans l'année, retenues ensemble par un lien, on peut voir son vœu de santé, longévité, d'amour ou de bonheur exaucé.

On doit fabriquer le senbazuru pour une personne bien particulière, en général très proche, souvent malade. Moins nombreuses seront les personnes à avoir fabriqué la guirlande, plus le vœux sera fort car il aura demandé beaucoup plus de patience et de persévérance.

Pour cela il te faut des feuilles carrées de 15cmx15cm, une grosse aiguille, de la laine et des perles. Voici les explications de pliage de la grue :



Tu n'as plus qu'à tout assembler en prenant bien soin d'arrêter chaque grue avec une perle et en respectant un intervalle d'environ 15 cm entre chaque. Le tour est joué !

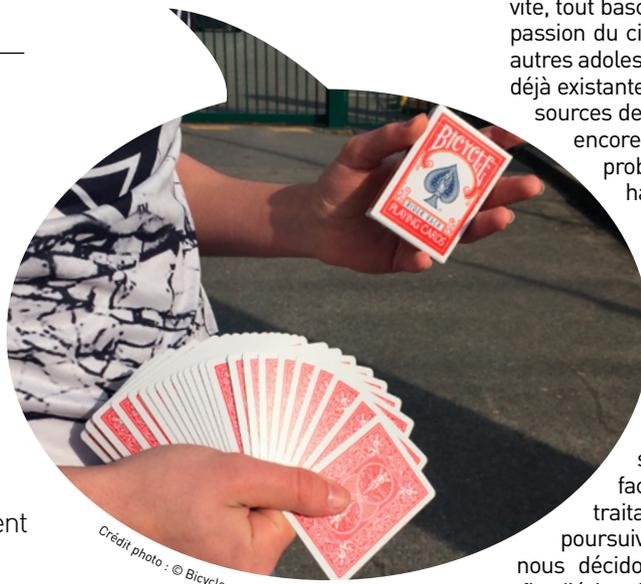


QUAND DÉSCOLARISATION RIME AVEC ORIENTATION

Témoignage de Myriam.

Qui n'a jamais eu la tentation de faire la sourde oreille face aux appels téléphoniques répétés de l'école ? Oui, nos enfants ne rentrent pas dans les cases. Le carcan de l'éducation nationale n'offre pas la flexibilité dont ils ont besoin pour qu'ils s'y sentent bien. A tout moment la déscolarisation les guette. Et si ce n'était pas une fatalité ? Nos enfants nous font bousculer les lignes. Notre rôle ne serait-il pas de les accompagner quels que soient les chemins de traverse empruntés tant que ceux-ci servent leurs projets ou leurs rêves ?

Une maman nous raconte le parcours atypique de son ado.



Crédit photo : © Bicycle

Franky se produise devant ses camarades de classe.

Concernant sa scolarité, on peut dire qu'elle s'est plutôt bien passée de la maternelle jusqu'en élémentaire, notamment l'année de CE1 avec un enseignant à la pédagogie atypique qui a su capter l'intérêt de Franky et gagner sa confiance. Ayant remarqué son décalage avec les enfants de son âge, son attirance pour les adultes, sa maturité notamment dans son humour et sa vision de la vie, son père et moi décidons de lui faire passer des tests. Franky est diagnostiqué précoce. Malgré des résultats scolaires plutôt satisfaisants, les devoirs à la maison ont toujours été conflictuels car Franky refusait que je regarde son cahier de texte. Il était aussi très sélectif dans les domaines qu'il trouvait dignes d'intérêt ou parfaitement inutiles. L'orthographe, par exemple, qu'il aime volontairement malmener encore aujourd'hui affirmant ainsi avec jubilation et provocation son irrespect des conventions. Du coup, il allait faire ses devoirs dans une association où des bénévoles proposaient de l'accompagnement scolaire. Je me souviens d'ailleurs d'un dimanche après-midi mémorable au cours duquel j'avais voulu faire réciter à Franky une leçon d'histoire pour un contrôle le lendemain. Une vraie « prise de tête » car Franky ne coopérait pas, y mettant beaucoup de mauvaise volonté jusqu'à ce que, à bout de nerf, je « lâche

l'affaire »... Le lendemain, je croise son enseignante à qui j'explique rapidement que Franky ne connaît pas sa leçon. Elle me regarde alors, étonnée en m'annonçant qu'il a eu 20/20 ! Comment faire comprendre à sa mère de se mêler de ses affaires... et surtout pas du scolaire !

Puis, arrive l'entrée au collège... et très vite, tout bascule. Ses goûts atypiques, sa passion du cirque, son décalage avec les autres adolescents, toutes ces différences déjà existantes en élémentaire et souvent sources de conflits avec les autres vont encore plus l'isoler et lui causer des problèmes. Il va en effet subir du harcèlement notamment en 5ème et commencer à développer une phobie scolaire : nausées, maux de tête et de ventre tous les matins... Face à l'incompétence de la direction du collège et à leur refus de reconnaître et prendre en compte la situation de harcèlement, face au discours du médecin traitant et du psychologue de poursuivre absolument le collège, nous décidons de déscolariser Franky afin d'éviter le pire. En raison des idées noires de Franky, nous atterrissons en urgence chez un psychiatre qui décide de prescrire des anti-dépresseurs que Franky prendra pendant 6 mois. Parallèlement, il a fallu changer de psychologues plusieurs fois car nous n'étions pas d'accord sur la marche à suivre ou nous ne sentions pas d'amélioration.

Au bout de quelques mois, le professeur principal de Franky lui propose de revenir au collège pour présenter son numéro de jonglage devant sa classe. Franky accepte et, malgré la présence de certains de ses harceleurs, il remporte un tel succès qu'on lui propose de se produire l'après-midi même à l'occasion des inter-classes de sport devant environ 300 élèves ovationnant Franky. On l'invite alors à participer au spectacle de fin d'année du collège au théâtre d'Herblay devant environ 500 personnes (élèves, professeurs et parents). Il rencontre à nouveau un énorme succès. Même si ces événements l'aide à reconstruire son image et sa confiance en lui, Franky ne se sent pas en état de retourner étudier au collège. Inscrit au CNED pour sa rentrée en 4ème, cette année est mise à profit pour que Franky se reconstruise tout doucement à travers notamment l'hypno-thérapie et la pratique plus intensive du cirque à l'école de cirque Italo Medini de Fontenay-sous-Bois. Le fait de pouvoir gérer son emploi du temps librement présente en effet l'avantage de pouvoir passer

Depuis tout petit, avant même d'aller à l'école, Franky n'aimait pas jouer avec des jouets d'enfant.

Il aimait expérimenter le monde des adultes : monter dans le lavabo pour attraper les flacons de parfum, ouvrir le four inlassablement et monter dessus pour enlever les brûleurs de la cuisinière... Bref, le quotidien n'était pas de tout repos ! Très vite, il a découvert le monde du cirque et de Guignol. Cette passion occupait toutes ses journées : il se serait bien déguisé tous les jours si on l'avait écouté. On avait l'impression qu'il ne faisait qu'un avec son personnage d'Auguste.

Faire semblant ne l'intéressait pas et ne l'a jamais intéressé. Très tôt, Franky n'a eu de cesse d'organiser des spectacles, mettre en rang toutes les chaises à sa disposition pour les spectateurs éventuels, fabriquer des tickets qu'il distribuait dans les rues pour inviter les passants chez ses grands-parents à qui il avait fait monter préalablement une tente dans leur jardin en guise de chapiteau... ou encore, improviser un spectacle de rue sur la place du marché habillé en clown. A l'école, remarquant sa passion pour le cirque, deux enseignants acceptent d'ailleurs que

PARENTS-ÉCOLE

plusieurs après-midi par semaine à s'entraîner au jonglage, à la magie et au mentalisme.

Cette liberté n'est pourtant pas que bénéfique. Elle rime en effet trop souvent avec solitude, chute de moral et refus du scolaire. Même si Franky apprend seul les domaines qui l'intéressaient comme la magie, l'informatique, le mentalisme, l'hypnose, un profond sentiment d'injustice et d'amertume par rapport à tout ce qui s'est passé au collège l'empêche d'avancer. Sa révolte contre tout ce qui touche au scolaire et au système l'habite.

“ SA CHAMBRE DEVIENT SON COCON. ”

Le fait de ne plus avoir de cadre ni de vie sociale à part celle à l'école de cirque le fait peu à peu inverser jour et nuit. Les relations qu'il se tisse sur la toile ne sont libres en effet que tardivement mais sont essentielles pour Franky ayant enfin des personnes à qui parler. Sa chambre devient son cocon. Il y prend même ses repas.

Au cours de cette longue période difficile, il s'avère essentiel de tenir la relation coûte que coûte en essayant de rester positif et cela, malgré les conseils et remarques de l'entourage n'allant pas toujours dans ce sens... Toujours en quête de réponses, j'inscris également Franky à l'association Puissance Dys (traitant principalement la dyslexie et tout type de dysfonctionnement d'apprentissage) fondée par Béatrice Sauvageot par qui il est suivi quelques temps. Au fil des mois, Franky reprend peu à peu confiance dans les jeunes de son âge en se faisant des copains à l'école de cirque. Puis, à l'occa-

sion d'un spectacle pour le Téléthon à Herblay, Franky rencontre une jeune fréquentant un collège de la ville qui lui fit rencontrer d'autres copains. Parallèlement, on nous conseille de prendre rdv au CTAH et nous rencontrons le Dr Hantouche dont le discours nous redonne confiance. Vers la fin de l'année scolaire, suite à un déjeuner avec des copains, Franky se laisse convaincre de les suivre dans l'enceinte du collège pour participer à un goûter de fin d'année avec le professeur de dessin qui l'accueille d'ailleurs chaleureusement. Ses copains expriment alors le souhait qu'il retourne au collège lors de la prochaine rentrée. Franky se sent désemparé : il aimerait bien y retourner pour être avec des jeunes de son âge mais il ne pourrait alors plus s'entraîner de façon intensive au cirque. La chance de tomber sur une dame très ouverte et compréhensive (elle-même ayant eu un fils au parcours atypique et ayant malgré tout bien réussi dans la vie) à l'inspection académique nous a permis d'obtenir une scolarité aménagée : cours le matin, cirque l'après-midi. Le CPE du collège prend alors le soin de bien choisir la classe et l'équipe pédagogique ce qui permet à Franky de réintégrer le collège et suivre les premiers mois assez régulièrement. Lors de rendez-vous pris avec les professeurs, plusieurs d'entre eux acceptent d'adapter les règles pour permettre à Franky de persévérer. Lors du 1^{er} conseil de classe, il obtient même les encouragements pour son assiduité.

Une semaine avant les vacances de Noël, il devient pourtant de plus en plus difficile à Franky de se lever le matin pour y aller. Il refuse de « jouer le jeu » et d'obéir au système qu'il rejette en bloc. L'ennui et les « faux-culs » sont les deux principales raisons expliquant son changement d'attitude. Aujourd'hui, cela fait 6

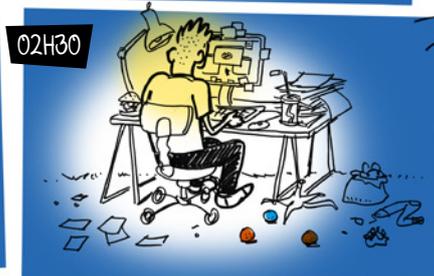
semaines que Franky ne fréquente à nouveau plus le collège. Son stage en entreprise au cirque Alexis Gruss vient de s'achever. Ce fut une riche expérience pour laquelle Franky partait très tôt le matin et rentrait tard, restant certains jours 2h de plus pour s'entraîner avec les frères jumeaux, Charles et Alexandre Gruss. Dernièrement, Franky a participé à l'événement Paris Artist, une sorte d'« Incroyables Talents » adapté au Paris. Lors de la 1^{ère} soirée au cours de laquelle se produisaient les 7 premiers candidats, Franky n'a pas été retenu mais il a été très remarqué, apparaissant en photo dans la Gazette du Val d'Oise et sur VoTV alors même qu'il n'était pas lauréat. Depuis qu'il a fait connaissance avec un jeune issu d'une famille de cirque, Franky passe tous ses week-ends au cirque d'hiver Bouglione pour s'entraîner. Il n'a alors aucun problème pour se lever et trouver la motivation car depuis toujours, il sait ce qu'il veut devenir : artiste de cirque. ■

L'AVIS DE SON PSY

(VINCENT TRYBOU CTAH, PARIS)

« Cette question du scolaire ne peut avancer que sur un point : est-ce que les gens qu'il va être amené à rencontrer chez Bouglione et Gruss vont lui dire que la scolarité est importante ou pas ? Ces gens sont ses modèles, c'est d'eux qu'il tirera l'envie de se relancer dans le collège ou pas. Espérons qu'ils en disent du bien. Maintenant, si ces gens lui disent que c'est le travail qui prime pour faire carrière au cirque, on peut penser qu'il soit normal qu'il mise tout sur le cirque et arrête l'école. Et alors il sera déscolarisé totalement pour se consacrer entièrement au cirque, ce qui n'est pas forcément mal car c'est un choix professionnel qui tient debout. »

UNE JOURNÉE NUIT DANS LA VIE DE FRANKY





EN ROUTE POUR L'AGRÈMENT « représentant des usagers »

Afin de mieux défendre le droit des enfants et adolescents hospitalisés, nous avons déposé un dossier d'agrément auprès de l'ARS du Nord-Pas-De-Calais, ce qui nous permettra d'intervenir dans les comités des usagers dans les hôpitaux, et notamment dans le secteur pédopsychiatrie d'Armentières de l'EPSM de Lille.

En parallèle, toujours dans la démarche de mieux défendre les droits des familles, nous avons rejoint le groupe inter associatif CISS dans le Nord-Pas-de-Calais

C'est un premier pas pour obtenir une représentation nationale.



BICYCLE à l'Assemblée nationale

Le 10 octobre, lors de la journée mondiale de la santé mentale, nous organisons avec le collectif Mad-Pride un colloque à l'Assemblée nationale.

Tous ceux qui souhaitent y assister, doivent impérativement s'inscrire avant l'été en nous communiquant :

le NOM, le PRENOM, la DATE DE NAISSANCE, le LIEU DE NAISSANCE (Vigipirate oblige)
contact@bicycle-asso.org

LES ATELIERS

Bicycle participe régulièrement à des ateliers pour témoigner de nos vies avec un enfant ou un ado cyclothymique. En partenariat avec le PSYCOM (www.psycom.org/) le but de ces ateliers est de lutter contre les idées reçues concernant la santé mentale.

Nous avons ainsi rencontré des agents de la mairie de Saint-Denis, des gardiens d'immeubles du 20^e à Paris.

Dans le Nord, nous allons participer à une formation des travailleurs sociaux à Hellemmes - avec l'EPSM de Lille.



Semaines d'information sur la santé mentale

LORS DES SISM - CONFÉRENCES dans le NORD

Semaine d'Information en Santé Mentale
du 16 au 28 mars 2016

18 MARS - CONFÉRENCE SUR LA BIPOLARITE
Médiathèque d'Armentières - à partir de 18h
En interassociatif-institutionnel avec l'espace TOM, Bicycle, Argos 2001, un psychiatre, un médiateur de santé

**24 MARS - ATELIERS MIEUX-ÊTRES
CRISES D'OPPOSITION**
58 rue Faidherbe, 59260 Lezennes
Bicycle - EPSM Lille, Secteur de Ronchin
See more at :

<http://www.bicycle-asso.org/asso/actions.php#sthash.PnQf2Mzp.dpuf>

BÉNÉVOLAT

Pour renforcer notre réseau :

**BESOIN DE RENFORT SUR
MARSEILLE-AIX EN PROVENCE**

→ Contactez Yolande :
belsunce@hotmail.com

BESOIN DE RENFORT SUR BOURGES

→ Contactez Isabelle :
davisa1824@gmail.com



MAD-PRIDE

Cette année, Bicycle tient la Vice-présidence du collectif d'organisation.

SAVE THE DATE :

LE 11 JUIN 2016 À 14H

Trajet à confirmer :

de Hôpital Saint-Louis à la Place de la République

VENEZ NOMBREUX, C'EST CHALEUREUX, AVEC UNE AMBIANCE FESTIVE ET C'EST POUR DÉFENDRE NOS DROITS DANS LA RUE AVEC PANCARTES ET DÉGUISEMENTS !

Suivez l'actu sur notre site
www.bicycle-asso.org

BULLETIN D'ADHÉSION

NOM _____ PRÉNOM _____

ADRESSE _____

MAIL _____ TÉLÉPHONE (Facultatif) _____

Êtes-vous : Parent d'enfant cyclothymique. Éducateur (prof, instit...) d'enfant cyclothymique.
 Cyclothymique - Bipolaire. Ami.

Je suis prêt à témoigner dans les médias.

Je souhaite participer activement à BICYCLE.

COTISATIONS ET DONS :

Je joins ma cotisation annuelle de 20 €. Je joins mon versement bienfaiteur d'un minimum de 100 €.

Je fais un don à BICYCLE d'un montant de : _____ €

A réception de votre bulletin et de votre chèque, vous recevrez un reçu fiscal. Bicycle est une association à but non lucratif d'intérêt général, ouvrant droit à une déduction d'impôt. Pour les cotisations et versements bienfaiteurs, il vous sera également adressé votre carte de membre.

Le _____ signature :

Veuillez nous retourner le bulletin ci-dessus complété et votre chèque établi à l'ordre de BICYCLE à l'adresse suivante : Bicycle, 14 avenue Stéphane Mallarmé 75017 Paris



BIENTOT - BIBLIOTHEQUE VIVANTE

en partenariat avec la Maison des Usagers de Sainte-Anne, nous participerons à la Bibliothèque vivante à la cité de la santé à la Villette - chaque bénévole témoigne, comme un livre vivant de son parcours. Date à définir.



RETROUVEZ BICYCLE SUR FACEBOOK (infos et groupe secret : Bicycle, la parole aux parents)

PROCHAIN ENTRE2PÔLES : OCTOBRE 2016 !

Entre2Pôles, c'est aussi un formidable outil de communication distribué aux enseignants, aux médecins, à nos mécènes pour faire connaître et reconnaître la maladie. Chez Bicycle, on remue ciel et terre pour faire ce journal.

Mais ça ne suffit pas, sans vous on n'y arrivera pas !

Par votre adhésion, devenez acteur de votre association et de la vie de vos enfants !