

CONFESSION DAVID BECKHAM EST **FATIGUÉ PAR SES TOC**

Le footballeur, qui souffre de troubles obsessionnels compulsifs, explique qu'il «accepte» sa condition et effectue ses petits rituels pour que tout soit parfait avant de commencer sa journée.



Image: Visual Press Agency



8. Brad Pitt a fait une dépression



AFP

«J'ai fait de nombreuses dépressions, mais pas depuis une dizaine d'années. Ça m'a permis d'apprendre beaucoup de choses sur moi. Je vois cela comme une bonne façon de s'éduquer sur soi-même.»

Catherine Zeta-Jones. Elle a fait de sa maladie une force

Paris Match | Publié le 14/11/2012 à 09h34 | Mis à jour le 14/11/2012 à 16h02

Clémentine Rebillat



Catherine Zeta-Jones parle de sa maladie.

REUTERS/Mario Anzuoni



Catherine Zeta-Jones a confié au magazine «In Style» que ses troubles bipolaires lui avaient permis de voir la vie autrement et de se rapprocher un peu plus de son mari, Michael Douglas.

3. Leonardo DiCaprio a souffert de trouble obsessionnel compulsif



AFP

Leonardo souffrait de trouble obsessionnel compulsif quand il était jeune, son trouble est revenu alors qu'il tournait *The Aviator*.

Le terrible secret de Mariah Carey



Facebook

14



Pinterest



Recevoir la newsletter



Après plus de 15 ans de secret, Mariah Carey révèle, dans le magazine américain *People*, qu'elle souffre de bipolarité. Une maladie psychique entraînant des variations de l'humeur, avec une alternance de phases d'euphorie et de phases dépressives.

Benoît Poelvoorde a souffert de dépression



En 2008, Benoît Poelvoorde s'est fait interner de son plein gré dans une unité psychiatrique car il souffrait de dépression. *"C'est au moment d'**Astérix** [aux jeux olympiques] que la dépression est montée. J'étais pris de panique, de crises de tétanie"*, a confié l'acteur à *Libération*. Avant d'intégrer l'hôpital spécialisé, Poelvoorde avait essayé de noyer sa dépression dans l'alcool et les médicaments, en vain : *"Vient le moment où ni l'alcool ni les anxiolytiques n'y font rien"*.

Robbie Williams: «C'est dans ma tête et je dois me battre contre cela»

Dans une poignante interview publiée par «The Sun», la star britannique a fait le point sur la maladie mentale qui le ronge depuis ses 19 ans. Il est également revenu sur ses tentatives de suicide et la disparition de George Michael.

Robbie Williams maladie mentale

323

7

0

0



🕒 Publié le 1 Mars 2018 par Muriel Chavaillaz



Stromae se confie sur son burn-out et sa santé: "Les concerts devenaient un peu moins un plaisir, ça devenait un vrai métier"

Plus de 200 concerts en deux ans, le Lariam et une grosse fatigue, tous ces éléments l'ont mené au burn-out.



Par Jeanne Senechal



ON EN PARLE



Qui Macron emmène-t-il avec lui aux États-Unis?



"J'approche de la quarantaine et je réalise que l'amitié, ça veut plus dire la même chose qu'avant"



Ce moment de complicité entre Melania Trump et Barack Obama n'est pas passé inaperçu

VIDEO. Jim Carrey a surmonté sa dépression

SANTE Le comédien s'est dit plus serein aujourd'hui...

20 Minutes avec agences

Publié le 23/11/17 à 11h43 — Mis à jour le 23/11/17 à 11h43

2
COMMENTAIRES

2
PARTAGES



L'acteur Jim Carrey au 42e TIFF — WENN

Jim Carrey a eu des hauts et des bas, tant en matière d'humeurs que de carrière. L'un des sommets de cette dernière a pourtant marqué pour le comédien comme l'un des plus profonds gouffres qu'il a eu à graver, comme le montre le documentaire Netflix, *Jim & Andy : The Great Beyond*, qui revient sur le tournage du film *Man on the Moon*.

À LIRE AUSSI



05/07/17
Woody
rôle pou
au billar



16/07/17
Jim Car
pas avo
de son



11/09/17
Jim Car
interview
Week

+ D'ACTU

VIDEO. Serena Williams a connu la dépression postpartum

DEPRESSION Elle se sent plus forte depuis qu'elle en est sortie...

20 Minutes avec agences | Publié le 16/01/18 à 17h33 — Mis à jour le 16/01/18 à 17h33



La tennis woman Serena Williams à New York — WENN

La championne de tennis [Serena Williams](#) est certes quasi imbattable sur un court de

À LIRE AUSSI



30/12/17 | T
VIDEO. Ser
son premie
grossesse



05/01/18 | T
Trop juste,
déclare for
d'Australie



27/12/17 | C
Serena Will
retour sur

+ D'ACTU



Le prince Harry évoque ses problèmes mentaux suite à la mort de Lady Di

Publié le 19 avril 2017 à 11h42



© Abaca

HOP! Honnête, Ouvert, Prêt !



PARCE QUE LA MALADIE PSYCHIQUE N'EST PAS UNE HONTE

LE PROGRAMME HOP!

BUT: Réfléchir aux avantages et inconvénients de dévoiler son propre vécu de la maladie psychique à d'autres personnes et aux stratégies de dévoilement envisageables

SESSION 1

Les avantages et les inconvénients de dévoiler sa
maladie psychique



Activité 1. Vous identifiez-vous comme une personne avec une maladie psychique ?

Contenu:

- ❖ Certaines personnes ne veulent pas se considérer comme quelqu'un ayant une maladie psychique
- ❖ Les mots choisis sont importants: maladie psychique? problème de santé mentale? Autre?
- ❖ L'auto-stigmatisation signifie accepter les stéréotypes véhiculés dans la société et les appliquer à soi-même

2 manières de s'identifier

Les histoires de Marie et de John



L'identité

« Est-ce que oui ou non je me vois comme psychiquement malade ? »

❖ Alors qu'ils ont les mêmes vécus, Marie et John perçoivent la place de leur maladie psychique de manière différente. Pour Marie c'est une partie importante de son identité. Mais John refuse que la maladie psychique occupe une part centrale de sa personne.

Quels sont les pour et contre du choix de Marie?

POUR	CONTRE

Quels sont les pour et contre du choix de John?

POUR	CONTRE

Et vous?

- ❖ Est-ce que vous vous considérez comme une personne atteinte d'une maladie psychique?
- ❖ Quels autres termes pourrait-on utiliser?
- ❖ Comment voulez-vous que l'on vous désigne?

L'auto-stigmatisation

STIGMATISATION

"Il n'a plus travaillé depuis qu'on a découvert qu'il était schizophrène...d'ailleurs c'est normal, on sait bien que ces gens ne sont pas fiables, ils peuvent même être dangereux!"

Il a peut-être les compétences pour ce poste...mais on ne peut pas prendre le risque de l'engager..."



Pas d'accès à l'emploi

Vaut mieux louer mon appartement à quelqu'un qui a de vraies garanties...

"Les malades psychiques ne savent pas entretenir leur logement...souvent en plus ils n'arrivent pas à payer leur loyer"



Pas d'accès au logement

Depuis que je sais qu'il entend des voix, j'ai préféré prendre mes distances...

"Les schizophrènes ont des réactions imprévisibles, voire violentes!"



Pas de relations sociales

AUTO-STIGMATISATION

Ca ne sert à rien que je postule, aucune chance qu'ils m'engagent...d'ailleurs ils ont raison, je ne suis même pas capable de travailler...



Estime de soi
Statut social

Les factures, le ménage, la cuisine...jamais je n'arriverai à vivre seul, vaut mieux rester en foyer



Espoir
Autonomie
Qualité de vie

Je comprend que mes amis ne me parlent plus...je dois leur faire peur...en plus je n'ai jamais rien d'intéressant à dire...



Fonctionnement
social



Isolement

Activité 2. Les POUR et les CONTRE du dévoilement

Contenu:

- ❖ Il y a des avantages et des inconvénients à révéler sa maladie psychique
- ❖ Vous seul pouvez peser les pour et contre pour savoir si ça en vaut la peine
- ❖ Ces coûts/bénéfices varient selon les contextes

Pourquoi se dévoiler?

Quel est votre BUT ?

Qu'attendez-vous ?



5 min, avec votre voisin:

Réfléchissez maintenant aux avantages et
inconconvénients de révéler sa maladie



Les inconvénients

Quels pourraient être les inconvénients de révéler sa maladie à d'autres personnes?

Les avantages

Quels pourraient être les avantages de révéler sa maladie à d'autres personnes?

Court ou long terme?

- ❖ Certains avantages/inconvénients surviennent plus rapidement que d'autres
- ❖ On est souvent tenté de privilégier ceux qui arrivent à court terme
- ❖ Mais les avantages/inconvénients à long terme ont souvent des implications plus importantes pour le futur

Importance des avantages/ inconvénients

- ❖ Tous les avantages / inconvénients de dévoiler sa maladie ne «pèsent» pas tous le même poids dans la balance décisionnelle
- ❖ Les + et – les plus importants sont ceux auxquels vous passez le plus de temps à réfléchir, qui vous rendent nerveux, ou qui suscitent le plus d'espoir pour vous



Importance du contexte

- ❖ Les avantages / inconvénients à se dévoiler varient selon les contextes
- ❖ Vous pouvez par exemple vous sentirez prêt à évoquer votre maladie à certains collègues, mais pas à vos voisins
- ❖ La manière dont vous en parlerez sera également différente

Exemple: Alan pense révéler sa maladie dans le cadre de son travail

❖ Réfléchissez aux avantages et inconvénients à COURT et LONG terme qu'il pourrait avoir, et lesquels pourraient être particulièrement importants pour lui

Qui peut vous aider dans cette décision?

- Une personne de votre famille ?
- Un professionnel?
- Un pair praticien?
- Un ami?

Conclusion

Le dévoilement est un processus ! Que vous ayez décidé ou non de révéler aux autres votre maladie, ce choix est susceptible de changer selon vos étapes de vie et votre cheminement

Traduction et adaptation : Caroline Suter, Joanie Pellet & Jérôme Favrod 2019

Institut et haute école de la Santé La Source

Avenue Vinet 30

1004 Lausanne

