

N° 108 /// Novembre-décembre 2015

# Diagonales

Magazine romand de la santé mentale

**Douleur  
et psychisme**



**4** Dossier  
Douleur et psychisme  
Les origines de la douleur peuvent être très complexes. Entre le corps et le cerveau, elle suit un axe précis, décrit par les scientifiques. Mais comment expliquer qu'une même douleur puisse être ressentie différemment selon les individus? Et quel lien y a-t-il entre douleur physique et douleur psychique?

**10** Actuel  
Une prévention à l'échelle nationale  
Pour améliorer la prévention en matière de santé psychique en Suisse et porter cette question aux Chambres fédérales, un groupe parlementaire a été constitué en 2014.

**12** Genève  
«Forum ouvert» sur la santé mentale  
En vue de l'élaboration de son prochain plan sur la promotion de la santé, le canton de Genève a souhaité donner la parole aux divers intervenants qui évoluent dans le champ de la santé mentale.

Brèves de la Coraasp

**14** Droits des personnes handicapées  
Mise en œuvre de la Convention de l'ONU en Suisse

**15** Psychothérapie  
Pour une relation de qualité

**16** Sous la loupe  
La pair-aidance en France

**18** Société  
Harcèlement chez les jeunes

**20** La psychiatrie ailleurs  
Cambodge: résilience d'un peuple

**22** J'ai lu - J'ai aimé  
Annonces

**23** Activités et coordonnées des membres de la Coraasp

**24** Agenda du Graap-Fondation



## PAS SI FACILE DE METTRE LES MAUX EN MOTS

*Les discussions pour préparer le dossier de ce numéro ont été nourries au sein de la rédaction. Douleur psychique... Au départ, ce sujet que nous voulions aborder depuis longtemps ne nous paraissait pas plus difficile qu'un autre. Mais plus nous avançons dans nos recherches, plus la complexité et l'ampleur de la thématique nous apparaissent. Cette notion que nous comprenions intuitivement tendait à nous échapper lorsque nous voulions la mettre en mots. Sans compter que nous avons peu de matière à nous mettre sous la dent, les études sur le sujet étant peu nombreuses.*

*Qu'entend-on vraiment par douleur psychique? Existe-t-elle en tant que telle ou est-elle toujours liée à une composante physique? Comment se manifeste-t-elle? Comment la traiter? Et ces douleurs somatoformes qui ont fait l'actualité il y a peu, en font-elles partie? Ces questions ont essoré nos méninges, semé parfois le doute dans nos esprits. Faisons-nous bonne route? Heureusement, nos rencontres avec des spécialistes issus de différents horizons professionnels nous ont apporté des réponses et des réflexions qui nous ont permis de débayer le chemin et, peu à peu, de construire un dossier cohérent. Le témoignage intense de Laure\* montre quant à lui très bien à quel point ces douleurs psychiques sont difficiles à vivre et peuvent être envahissantes. A sa lecture, ces maux si diffus deviennent soudainement extrêmement concrets.*

*Finalement, notre dossier pose les jalons pour appréhender cette notion de douleur psychique, démontrer son ampleur et les enjeux qui y sont liés, pour cerner ses spécificités. Ces six pages n'apportent certainement pas toutes les réponses, mais elles ouvrent de nombreuses pistes de réflexion sur un sujet qui touche certainement chacun de nous une fois ou l'autre dans notre vie.*

*Stéphanie Romanens-Pythoud*

\* Prénom d'emprunt.

### PATROUILLE DES SENTIERS

Six jours de marche entre le littoral neuchâtelois et la vallée de Joux

Réservez ces dates  
Du 25 au 30 juillet 2016

Marche, nature, repas, animations, silence, échanges, partage: une expérience ressourçante et inoubliable!

Assemblée générale de l'Association de la Patrouille des Sentiers, pour en savoir plus

**Mercredi 25 novembre 2015 - 18 h**  
Salle de conférences du Graap-Fondation, Borde 27 bis, à Lausanne.

[www.patrouilledessentiers.ch](http://www.patrouilledessentiers.ch)

### NOUVELLE PARUTION

«Par Chemins 5»

Recueil de textes du Groupe Ecriture de Lausanne

Vernissage  
**Mardi 24 novembre 2015 - 16 h**

Lecture de textes et accompagnement musical.

Au Grain de Sel, Borde 23, Lausanne

### FÊTES AU GRAIN DE SEL

Souper et veillée de Noël

**Jeudi 24 décembre 2015, dès 18 h**  
Repas offert

Réveillon

**Jeudi 31 décembre 2015, 18 h 30-2 h**  
Buffet offert, cotillons, animations

Uniquement sur réservation pour les deux soirées: tél. 021 643 16 00.