

N° 89 /// Septembre-octobre 2012

Diagonales

Magazine romand de la santé mentale

Actuel

L'engagement social

Sous la loupe

**Généralistes:
du corps à l'âme**

Dossier

**Le temps
et le psychisme**



graap

fondation
groupe d'accueil et
d'action psychiatrique

4 Dossier Le temps et le psychisme

Le temps intérieur est-il compatible avec celui de la société? Comment vivons-nous le temps qui passe? C'est bien connu, nous avons de la peine à rester dans le présent, préoccupés par le passé ou l'avenir.

9 Diagnostic Le syndrome du voyageur

Face à un choc culturel trop intense, certains voyageurs peuvent brusquement perdre leur équilibre psychique

10 Actuel L'engagement social

Comment les travailleurs sociaux qui œuvrent au sein de la CORAASP perçoivent-ils leur mission?

12 Urgences Qui appeler en cas de crise?

14 Sous la loupe Généralistes: du corps à l'âme

16 27^e Cycle de conférences de Cery Les épreuves de l'enfance

17 Littérature pour enfants Trouver les mots

18 J'ai lu - J'ai aimé La bonté humaine

19 Témoignage Le traumatisme

21 Société Soutenir les enseignants

22 Formations de la CORAASP

Événements pour les proches

- 2^e Rencontre des proches à Yverdon-les-Bains
- 1^{er} Journée annuelle des proches aidants
- 2^e Café «Prison»

Exposition «Inemuri» Photographies de Koji Keiser

23 Activités de la CORAASP

24 Agenda du Graap-Fondation



HABITER LE PRÉSENT

«O Temps, suspend ton vol!», a-t-on envie de dire avec le poète, lorsque le plaisir, la joie de vivre et même l'extase sont au rendez-vous. Très vite pourtant, ces moments de grâce s'estompent au profit d'un quotidien plus morne, parfois source d'ennui, si ce n'est de spleen. Avec comme seule certitude que tout a une fin

et que nous ne parvenons pas à habiter avec satisfaction le temps dont nous disposons.

Outre qu'il est l'objet d'un ressenti subjectif, le temps qui passe sert aussi à nous situer individuellement dans nos existences. Ainsi, notre passé, sous forme de souvenirs, va apposer sa marque sur notre présent qui, lui, préparera un futur où se projettent nos désirs et nos attentes. Cette articulation en perpétuel mouvement se synthétise en général dans un «ici et maintenant» relativement bien équilibré et bien huilé. Cependant, chez celles et ceux qui souffrent de troubles psychiques, une de ces dimensions du temps est parfois surreprésentée dans le champ de la conscience et rétrécit l'horizon temporel. Comment par exemple se réinscrire dans l'instant présent lorsque celui-ci est séquestré par un passé trop envahissant ou par un avenir où l'illusion est reine? Les temps prescrits dans notre société, souvent de l'ordre de l'instantanéité, du court terme et du refus du passé, ne font-ils pas d'ailleurs obstacle à toute tentative de réajustement temporel?

C'est à ce type de questions que ce nouveau dossier de «Diagonales» souhaite répondre. Le sujet est d'ailleurs d'actualité, puisque le problème du temps est justement à l'honneur de la très prochaine Journée de la santé mentale (10.10) qui se déroulera cette année à Neuchâtel. Diverses animations ainsi qu'une conférence nous donneront l'occasion de réfléchir aux relations entre temps, société et santé psychique. Barbara Zbinden, la coordinatrice de la CORAASP qui organise l'événement a répondu à nos questions. Il en ressort une vérité essentielle: nous sommes porteurs d'une histoire personnelle et collective dont il faut prendre soin pour habiter au mieux le présent, en faire une réalité vivante, pleine de sens et instillant de l'espoir.

Joël Meylan

LES BUTS DU GRAAP-FONDATION

1. Veiller à la prise en compte des intérêts des personnes souffrant de troubles psychiques et de leurs proches ainsi que promouvoir la santé mentale au sein de la communauté.
2. Informer la population et la sensibiliser aux problématiques en lien avec la santé mentale et développer la solidarité et l'entraide.
3. Favoriser la réinsertion sociale et professionnelle des personnes concernées par une maladie psychique ainsi que l'exercice de leur rôle de citoyens.
4. Promouvoir des structures qui favorisent la santé sociale de la collectivité et les exploiter.
5. Développer et offrir aux intéressés des méthodologies et des services qui contribuent au rétablissement de la santé psychique des individus.
6. Offrir à la communauté des prestations qui lui soient utiles et permettent une intégration mutuelle.
7. Maintenir et développer des réseaux régionaux, nationaux, internationaux d'échanges et d'informations.
8. Exploiter des structures d'accueil d'enfants (crèches, garderies, etc.), cela indépendamment des autres activités.