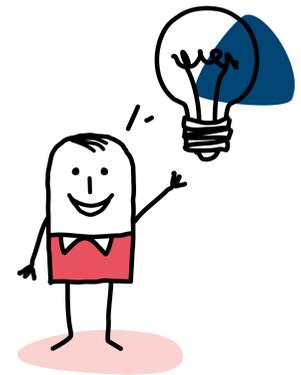
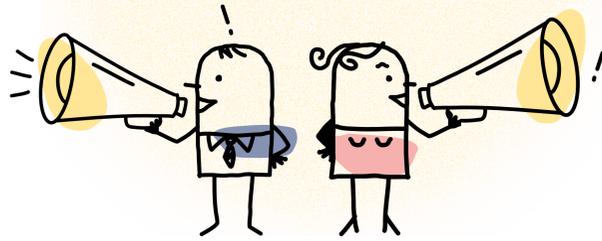


MYTHES & RÉALITÉS



MYTHE N° 1

« La schizophrénie c'est un dédoublement de la personnalité »

RÉALITÉ

Il ne faut pas confondre le diagnostic de « schizophrénie » et celui de Trouble dissociatif de l'identité (ou personnalité multiple). Les troubles schizophréniques n'engendrent pas un dédoublement de la personnalité.

MYTHE N° 3

« La seule façon de soigner les maladies mentales c'est l'hospitalisation et les médicaments »

RÉALITÉ

Les soins psychiatriques sont délivrés en majorité en dehors de l'hôpital, en ambulatoire. Psychothérapies, médicaments, entraide, environnement social (familial, amical ou professionnel) peuvent aider les personnes à aller mieux.

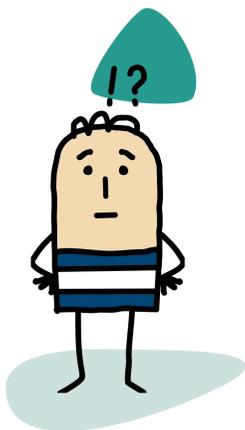
MYTHE N° 6

« Quand on dit : t'es "bipo", "schizo"... Ce sont des "insultes gentilles" »

RÉALITÉ

Les personnes confrontées à ces maladies souffrent de la stigmatisation qui y est associée : honte d'en parler, isolement, perte de confiance... Utiliser ces termes comme insultes participe à cette stigmatisation.

Santé mentale et jeunes



MYTHE N° 2

« Les bipolaires changent tout le temps d'humeur : ils sont en pleine forme et dans l'heure qui suit, ils sont très mal »

RÉALITÉ

Un trouble bipolaire se caractérise par l'apparition de phases d'excitation dites « maniaques » qui peuvent alterner avec des phases dépressives. L'intensité, la fréquence et l'alternance entre ces deux phases sont variables d'une personne à l'autre.

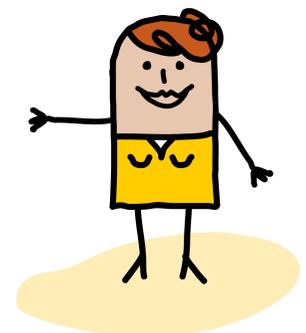


MYTHE N° 4

« Quand on a des problèmes de santé mentale, c'est pour la vie. On ne peut pas en guérir »

RÉALITÉ

Il est possible d'aller mieux, de se rétablir d'un trouble psychique. Se rétablir signifie être capable de vivre, travailler, apprendre et participer à la vie sociale, malgré la persistance d'éventuels symptômes, ou après leur disparition.



MYTHE N° 7

« Même si on ne va pas bien de temps en temps, cela ne veut pas dire que l'on a des problèmes psy »

RÉALITÉ

Diagnostic ou pas, une souffrance psychique doit être entendue. En parler, c'est déjà aller mieux.

MYTHE N° 5

« Les psys c'est pour les fous »

RÉALITÉ

Les « psys » peuvent aider toutes les personnes qui en ont besoin et qui le souhaitent. Parce-que les « psys » ont une formation spécifique et ne font pas partie de nos relations amicales ou familiales, on peut aborder des questions très personnelles, sans jugement et de manière confidentielle.

