

21^{es} Journées de la Schizophrénie – du 16 au 23 mars 2024

Schizophrénie : un changement de posture et le rétablissement devient la règle. La psychiatrie du futur existe déjà !

C'est le **sujet N°1** de la santé publique. Son impact économique et social est énorme. Selon l'OMS, la santé mentale d'une personne sur quatre est compromise à un moment de sa vie. Les troubles psy chroniques sont le 1^{er} vecteur de cet impact sur la société. Dépression, bipolarité, schizophrénie, troubles alimentaires concernent directement ou indirectement tous les Suisses. **7% d'entre nous vivent avec un tel trouble.**

Pour l'association [PositiveMinders](#), à l'origine des [Journées de la Schizophrénie](#), trop de vies sont brisées, alors que des solutions existent. En 2024, l'association et tous ses partenaires souhaitent montrer les progrès réalisés en psychiatrie et une nouvelle fois déstigmatiser.

- ⇒ La schizophrénie est **la maladie de tous les préjugés**. Au-delà des symptômes, les personnes vivant avec une schizophrénie (**85 000 personnes en Suisse**) sont victimes d'un incroyable retard dans leur prise en charge et d'une exclusion sociale qui provoquent une véritable perte de chance d'une évolution favorable. La principale raison : la persistance d'**idées fausses** sur la schizophrénie et de **préjugés discriminants** qui n'épargnent pas les entourages.
- ⇒ **La psychiatrie du futur existe déjà**. C'est une révolution des pratiques, un véritable changement de posture. On ne cherche plus à annihiler tous les symptômes, mais on assure aux personnes qui vivent avec le trouble un **rétablissement durable**. La clé : mettre en place un **partenariat** entre la personne qui vit avec une schizophrénie, son entourage (parents, amis, voisins, collègues, manager, etc.) et les équipes de soins et du social. **Et ça marche ! Le rétablissement devient la règle**, ce n'est plus l'exception.
- ⇒ Juste après la cérémonie des Oscars, PositiveMinders lance les « **SchizAwards** », une campagne originale pour **faire changer de regard sur la schizophrénie**. Une remise de prix à l'image des plus grands événements.



POSSIBILITÉ D'INTERVIEWS ET DE TÉMOIGNAGES

- **Personnes vivant avec une schizophrénie et leur entourage**
- **Médecins, psychologues, personnel de soins, du social, spécialistes des stratégies de partenariat, chercheurs** se tiennent à votre disposition pour répondre à vos questions sur la schizophrénie et la transformation de la psychiatrie.

LA SCHIZOPHRENIE, MALADIE DE TOUS LES PRÉJUGÉS

Les avancées de la recherche ont permis d'identifier de nombreuses formes de schizophrénies. Il reste encore beaucoup à apprendre sur ces troubles complexes qui affectent la pensée, les émotions et les comportements. Les causes exactes de ces maladies ne sont toujours pas connues, mais, selon le consensus, elles sont le résultat d'une **combinaison de facteurs génétiques, neurobiologiques et environnementaux**.

Les symptômes des schizophrénies sont variables d'une forme à l'autre de la maladie et évoluent en fonction des patients. Ils peuvent entre autres inclure des hallucinations (*perceptions sensorielles qui ne sont pas réelles*), des délires (*croyanances fausses ou irrationnelles*), des troubles de la pensée (*difficulté à organiser ses idées*) et des troubles du comportement (*isolement social, apathie, etc.*).

La schizophrénie est généralement diagnostiquée chez les jeunes adultes entre 15

et 25 ans. Avant la première crise, **des signes doivent alerter**, mais ils sont souvent confondus avec une adolescence difficile, y compris par les médecins. **Par manque d'information**, la schizophrénie est également **victime de nombreuses idées fausses et de préjugés** largement entretenus par la culture populaire (*médias, cinéma, etc.*). **Dans l'inconscient collectif, les malades restent associés à la dangerosité, au dédoublement de personnalité et à la violence.** Des notions éloignées de la situation réelle de la très grande majorité des patients.

En déstigmatisant les schizophrénies auprès d'un large public, PositiveMinders souhaite **faciliter leur détection précoce**, enjeu crucial pour la mise en place d'un **accompagnement personnalisé** permettant **le rétablissement durable du patient**.

83% des citoyens et **70% des médecins**

généralistes pensent que les personnes schizophrènes sont **dangereuses pour autrui**.

6/10 articles de presse emploient le terme « schizophrénie » pour désigner **autre chose que cette pathologie**.

LA PSYCHIATRIE DU FUTUR EXISTE DÉJÀ

Quand la schizophrénie s'imisce dans une famille, elle est souvent vécue comme **un véritable tsunami**, d'autant que, contrairement à d'autres maladies et troubles psy, elle ne génère pas d'empathie à l'égard des malades. **Les patients et leurs entourages** sont à la fois confrontés à la souffrance et au handicap d'un trouble chronique, mais également à **la honte et à la peur engendrées par l'une des pathologies les plus stigmatisées**.

Comme pour beaucoup d'autres maladies, la médecine s'est souvent trompée dans les hypothèses posées. Deux erreurs majeures ont eu d'énormes conséquences sur la qualité de vie des patients et sur leur rétablissement. Tout d'abord, on a cru que les familles et, en particulier, les mères étaient l'un des facteurs déclencheurs de la maladie. En parallèle, la médecine a longtemps adopté une posture paternaliste, considérant la rémission des symptômes comme but à atteindre et l'imposition des soins comme seule stratégie efficace.

De multiples recherches montrent désormais que le rétablissement et la qualité de vie du patient sont très liés à la **confiance** qui lui est accordée et à **l'autonomie** qui lui est donnée. Ces facteurs favorisent son engagement dans les soins comme son alliance avec son entourage, les soignants et tous ceux qui le soutiennent. Parmi ces recherches, on peut citer par exemple :

- Les **déclarations anticipées** : elles amènent le patient à définir ses souhaits préventivement à une hospitalisation (réduit de 50% le taux de réhospitalisation) ;
- La **pair-aidance** : l'implication de patients rétablis dans l'accompagnement à la découverte de la maladie (éducation thérapeutique) améliore considérablement l'alliance thérapeutique, les troubles de l'insight (identification des symptômes) et la perception de la gêne liée aux troubles ;
- Les **thérapies cognitivo-comportementales (TCC)** : elles réduisent de façon impressionnante beaucoup de symptômes résistants et renforcent considérablement l'autonomie des personnes.

« La psychiatrie du futur existe déjà mais elle n'est pas appliquée partout. Ensemble, en formant un réseau interdisciplinaire, nous devons ouvrir la voie vers une nouvelle ère en généralisant l'accès aux bonnes pratiques de soins et d'accompagnement, enracinées dans une approche globale et holistique de la schizophrénie. Cette généralisation ne peut se réaliser sans partenariat actif entre personnes vivant avec des troubles, proches et professionnels, qui œuvrent ensemble dans le projet de la personne concernée. Ce n'est pas seulement une question de moyens, c'est surtout une question de formation et de volonté. »

Jean-Christophe Leroy, directeur général de l'association PositiveMinders.

À l'image de nombreuses autres maladies chroniques, **l'approche partenariale** est désormais **une forte recommandation des autorités de santé**. De nombreuses équipes ont d'ailleurs adopté avec succès cette stratégie d'accompagnement impliquant **TOUS les acteurs du parcours de vie et de soins des personnes vivant avec une schizophrénie**. Il s'agit maintenant de déployer ce changement de posture à large échelle.



INÉDIT ► Pour illustrer la force de ce collectif, PositiveMinders a conçu un **outil pédagogique** référençant l'ensemble des acteurs à l'œuvre sur le chemin du rétablissement.



LES SCHIZAWARDS : LA CÉRÉMONIE POUR FAIRE CHANGER DE REGARD SUR LA SCHIZOPHRÉNIE

Entre fascination morbide et ressort scénaristique inépuisable, les troubles psy inspirent les auteurs de films et de séries. Toutefois, ces représentations sont souvent très éloignées de la réalité. Elles véhiculent des clichés et entretiennent des stigmates aux nombreuses conséquences pour les patients et leurs entourages et pour les professionnels de la santé mentale.

Alors, il était temps de mieux raconter la schizophrénie et de prendre du recul sur ce que les films donnent à voir. Pour ce faire, quelques jours après la 96^e cérémonie des Oscar et à la veille des Journées de la Schizophrénie (du 16 au 23 mars 2024), l'association PositiveMinders lance les SchizAwards : la cérémonie pour **faire changer de regard sur la schizophrénie**.



Cette cérémonie sera présentée par **Morgane Cadignan**, humoriste et chroniqueuse, accompagnée d'un **jury composé de six experts** (psychiatres, personnes vivant avec une schizophrénie, proches, réalisateurs et acteurs) pour éclairer le grand public.

Trois prix seront décernés :



Prix du film qui donne la meilleure représentation d'une personne vivant avec une schizophrénie



Prix du film qui a voulu montrer une personne vivant avec une schizophrénie, mais qui s'est le plus trompé



Prix du film où tout le monde pensait que le personnage était schizophrène alors qu'en fait pas du tout



L'émission sera diffusée dès le **15 mars** sur les réseaux sociaux et sur schizawards.com, un site dédié enrichi d'interviews d'experts et de témoignages.

Parmi les membres du jury, Jean-Victor Blanc et Marine Rimbaud, médecins psychiatres, respectivement à l'Hôpital Saint-Antoine et à l'Hôpital Sainte-Anne à Paris, sont des spécialistes de la représentation de la santé mentale dans la pop culture.

SCHIZOPHRÉNIE EN SUISSE : DES CHIFFRES CLÉS

- **85 000** personnes touchées en Suisse
- En Suisse, les premiers signes de la maladie se manifestent **entre 15 et 25 ans** dans **85% des nouveaux cas diagnostiqués**
- **30%** des personnes souffrant de schizophrénie ne sont pas suivies
- **43%** des personnes concernées par une schizophrénie sont des femmes
- Sur une durée de vie entière, **40%** des personnes atteintes tentent de se suicider et **10%** de toutes les personnes souffrant de schizophrénie mettent fin à leurs jours
- **55%** des personnes qui ont un trouble schizo-affectif ont eu un autre diagnostic au départ – Il est très fréquent que les diagnostics évoluent au cours de la vie
- **20%** des personnes qui reçoivent un diagnostic de schizophrénie n'ont qu'un ou deux épisodes symptomatiques au cours de leur vie
- **60%** des jeunes avec une schizophrénie se rétablissent socialement dans les 2 ans grâce à une intervention précoce (15% dans le parcours classique)
- L'OMS classe la schizophrénie dans le groupe des **10** maladies entraînant le plus d'invalidité
- L'espérance de vie des patients est en moyenne de **10** ans inférieure à celle de la population générale
- En Suisse, la schizophrénie représente **20%** des hospitalisations psychiatriques
- Dans **80%** des cas, les symptômes s'améliorent dès qu'ils sont traités

À propos de PositiveMinders

L'organisation est à l'origine des Journées de la Schizophrénie créées en 2004 dans le but de sensibiliser le grand public, de déstigmatiser le trouble psy et de faciliter l'accès précoce aux soins et aux accompagnements. Cette année, soit pour sa 21^e édition, la manifestation s'étend dans une dizaine de pays. Depuis 2020, l'association a élargi son champ d'actions à tous les troubles psy avec, notamment, l'organisation de webinaires thématiques qui ont déjà rassemblé plus de 230 intervenants et touché plus de 25 000 participants. PositiveMinders collabore avec plus de 250 partenaires impliqués dans la connaissance, le traitement et l'accompagnement des personnes vivant avec des troubles psy : fondations pour la recherche, associations de patients et de proches, structures médico-sociales, hôpitaux, organismes publics, écoles, associations culturelles et sportives, etc., et quelques centaines de bénévoles. Plus d'informations sur www.positiveminders.com

Les Journées de la Schizophrénie sont soutenues par la Fondation ROGER DE SPOELBERCH.

CONTACT PRESSE :

Aurélie Bois – aurelie@agencethedesk.com – +33 6 87 26 27 68