



Bibliographie sélective

Promotion de la Santé Mentale

Cette bibliographie propose un échantillon de références essentielles autour de la santé mentale. Pour aller plus loin, nous vous invitons à visiter notre base de données documentaires (onglet dossiers thématiques) en suivant ce lien :

http://poledoc.bibli.fr/opac/index.php?lvl=etagere_see&id=46

Les références ci-dessous sont disponibles dans les centres ressources du PEPS Limousin et consultables à l'adresse suivante : <http://poledoc.bibli.fr/opac/>

SOMMAIRE :

1. Revues
2. Ouvrages et rapports
3. Supports d'animation
4. Site Internet

1. Revue :



Santé publique, volume 23 Suppl. n°6 (novembre -décembre 2011), **État des lieux de la surveillance de la santé mentale en France**, pp. 515-529

Chan Chee C., Gourier-Fréry C.

Résumé : Cet article présente un état des lieux de la surveillance de la santé mentale en France, examine la pertinence et les limites des données recueillies.



La Santé de l'homme, n°413 (mai-juin 2011), **Empowerment et santé mentale**

Résumé : Permettre aux usagers des services de santé mentale de décider pour eux-mêmes : c'est l'objectif de l'empowerment. Cette notion est fondamentale si l'on veut véritablement promouvoir la santé de ces usagers, leur donner les moyens d'être autonomes, de décider, de choisir. L'empowerment est le pilier obligé de tout programme, toute action. Ce dossier central y est consacré. Une trentaine d'experts définissent les concepts, présentent les recommandations internationales ainsi que des programmes innovants mis en œuvre en France et à l'étranger.

Téléchargeable : <http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/cp413.pdf>

2. Ouvrages et rapports :



Plan psychiatrie et santé mentale 2011-2015

Ministère du travail, de l'emploi et de la santé, 2012, 43 p.

Résumé : « 1^{er} plan de santé publique postérieur à la loi Hôpital, Patient, Santé et Territoires, ce plan ne cherche pas à identifier au niveau national des mesures qui devraient ensuite être dupliquées sur l'ensemble du territoire, quelles que soient les situations territoriales particulières. Il s'attache au contraire à poser un cadrage stratégique qui serve de référence à tous les acteurs dont la déclinaison opérationnelle sera réalisée au niveau régional, pilotée et formalisée par les Agences Régionales de Santé. »

Téléchargeable : <http://www.sante.gouv.fr/plan-psychiatrie-et-sante-mentale-2011-2015.html>



La santé mentale, l'affaire de tous. Pour une approche cohérente de la qualité de vie

V. Kovess-Masféty, La Documentation Française, 2010, 272 p.

Résumé : Sur le thème de « la santé mentale » et dans la continuité du rapport Stiglitz, le rapport examine les conséquences des nouvelles approches de la mesure du PIB et du bien-être dans le domaine des politiques sociales. Les suicides au travail représentent l'une des formes les plus visibles de tout un ensemble de pathologies de la modernité : stress, addiction, dépression... La santé mentale ne concerne pas seulement le traitement des pathologies lourdes. Elle touche l'ensemble des facteurs qui conditionnent le bien être. Au-delà d'un examen détaillé de la santé mentale des Français, ce travail s'attache à tirer les enseignements des pays étrangers en avance dans la mise en œuvre de programme de prévention. Mais il montre également que de nombreuses politiques publiques en France tendent à prendre en compte de mieux en mieux cette dimension structurante des personnes.

Bien-être et santé mentale : des atouts indispensables pour bien vieillir

De Ladoucette O., Ministère du travail, de l'emploi et de la santé, La Documentation Française, 2011, 38 p.

Résumé : Afin de nourrir la réflexion liée à la préparation d'un deuxième Plan national « Bien vieillir » visant à améliorer la santé et la qualité de vie des personnes âgées, la secrétaire d'État à la santé a chargé le docteur Olivier de Ladoucette d'étudier les aspects liés à la santé mentale et au bien-être des personnes âgées. Ce rapport recense plus particulièrement cinq facteurs ayant une action positive sur le bien-être et la santé mentale qui peuvent aider la personne âgée à conserver et à optimiser son autonomie : conserver une bonne estime de soi ; garder une identité positive ; lutter contre l'isolement et la solitude ; avoir le contrôle sur sa vie ; savoir s'adapter.

Téléchargeable : http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Rapport_Bien-etre_et_sante_mentale_des_atouts_indispensables_pour_bien_vieillir.pdf



Comprendre la psychiatrie communautaire

H. Lasserre, Chronique sociale, 2009, 95 p.

Résumé : Cet ouvrage présente l'expérience de santé mentale et communautés (association de la région lyonnaise). Il commence par en faire l'historique : contexte de la création, acteurs fondateurs, philosophie, actions pionnières, évolution vers la maturité, réalisations récentes. Puis il fait un bilan d'une expérience novatrice dans le domaine organisationnel mais aussi dans celui des rapports entre psychiatrie et travail social. L'association Santé Mentale et Communautés naît d'une sorte de révolte réfléchie vis-à-vis à la fois du destin du psychotique et du type de réponse qu'incarnait l'asile psychiatrique.



Pour des usagers de la psychiatrie acteurs de leur propre vie : rétablissement, inclusion sociale, empowerment

T. Greacen, Èrès, 2012, 341 p.

Résumé : Les trois notions, rétablissement, inclusion sociale et empowerment, créent un nouveau paradigme qui situe l'utilisateur de la psychiatrie comme moteur de sa propre vie, au sein d'une collectivité dans laquelle il est citoyen à part entière et où les services de santé mentale se donnent les moyens de soutenir son autonomie plutôt que de perpétuer son rôle traditionnel de « patient ». Déclinées dans cet ouvrage à travers de multiples expériences concrètes dans divers pays, elles sont au centre d'un débat né du constat de l'échec de nos sociétés occidentales contemporaines à pleinement réintégrer les personnes vivant avec un trouble psychique.



N'importe qui peut-il péter un câble ?

V. Kovess-Masfety, Odile Jacob, 2008, 270 p.

Résumé : Si l'expression « péter un câble » est devenue courante, cela ne veut pas dire pour autant que nous sommes tous susceptibles de devenir fous, comme l'explique la psychiatre et épidémiologiste Vivianne Kovess-Masfety dans cette étude. Pourtant, certaines personnes semblent plus « à risque » que d'autres. L'auteure relève les facteurs susceptibles de nous faire basculer dans la folie : un bruit, un lieu, un métier spécifique, l'alcool, un stress..., ainsi que les différences entre hommes et femmes, entre les cultures, et l'importance que représente l'enfance pour chacun. Vivianne Kovess-Masfety apporte une réponse claire et vraie à toutes nos interrogations sur la santé mentale et la psychiatrie en France aujourd'hui.



Un monde sans fous

P. Borrel, Champ social, 2010, 173 p.

Résumé : Un monde sans fous interroge des thérapeutes, des malades, des familles, des associations pour dresser un panorama global des structures de prise en charge des personnes présentant des troubles mentaux, de l'hôpital psychiatrique aux équipes mobiles de rue, des centres médico-psychologiques en milieu ouvert au milieu carcéral. La folie déborde dans les rues et en prison.

Faute d'avoir trouvé une prise en charge adéquate dans les services d'une psychiatrie publique en crise profonde, les malades psychotiques chroniques se retrouvent de plus en plus exclus de notre société. Et au même moment nous assistons au retour des chambres d'isolement, des camisoles et des médicaments administrés sous contrainte. Pourtant des voix s'élèvent pour dénoncer ce climat de violence et d'abandon que l'on pensait aboli.



Un monde de fous : comment notre société maltraite ses malades mentaux

P. Coupechoux, Éditions du Seuil, 2006, 363 p.

Résumé : C'est un état des lieux du système psychiatrique français, privé et public, qui connaît de profondes mutations et remises en cause. Ces changements donnent lieu à un débat sur ses finalités, ses missions et la vision de la maladie mentale et de ses rapports avec la société. L'argument repose sur une mise en perspective historique, des textes fondamentaux, des reportages de terrain et des témoignages.



Psychiatrie et folie sociale

J-P. Arveiller, Erès, 2006, 253 p.

Résumé : A partir de son expérience clinique de 35 années au sein d'un service public de santé mentale, l'auteur replace le soin psychologique dans son contexte historique et son environnement sociologique actuel. Il propose de redéfinir les champs et les missions d'une psychiatrie soucieuse de l'humain mais adaptée à notre temps.



Le plaisir de vivre

A. Ancelin Schützenberger, Payot et Rivages, 2009, 273 p.

Résumé : Savoir saisir, pour soi-même ou pour autrui, ce qui survient comme par la chance d'un hasard heureux, c'est faire l'expérience de la « sérendipité ». Entre espérance et action, cette ouverture d'esprit, qui s'apprend et s'entretient, peut renverser les situations et vous sauver la vie. À 90 ans, Anne Ancelin Schützenberger revient sur un incroyable parcours marqué par la sérendipité et le plaisir de vivre. Elle aborde de nouveau les transmissions invisibles. Elle montre tout ce que l'analyse transgénérationnelle peut apporter aux malades, en particulier à ceux qui souffrent d'un cancer. Et elle explique pourquoi la guérison passe si souvent par les petits plaisirs que l'on doit ne jamais oublier de s'offrir.



Les femmes, les hommes, l'alcool. Une histoire d'amour

J. Maisondieu, Payot et Rivages, 2004, 347 p.

Résumé : Dans ce livre lucide, subtil et courageux, le psychiatre Jean Maisondieu dénonce l'hypocrisie ambiante et prend à rebrousse-poil les discours tenus sur les causes réelles de l'alcoolisme.

Il montre ainsi que des hommes et des femmes, de plus en plus nombreux, sont contraints de se brouiller artificiellement l'esprit, de s'enivrer encore et encore pour aller vers l'autre, aimer l'autre. Ils y sont contraints parce que la peur de l'amour est l'une des caractéristiques majeures de notre société, qui privilégie la maîtrise de soi, la raison et le pouvoir sur l'autre, plutôt que les sentiments, l'abandon. Bref, ces femmes et ces hommes boivent trop pour l'unique raison qu'ils auraient voulu aimer et qu'ils en ont eu peur.



Quand les peurs deviennent phobies

S. Sargueil-Chouery, De La Martinière Jeunesse, 2004, 109 p.

Résumé : Au début, vous pensiez que ça s'arrangerait avec le temps mais, au contraire, la peur et l'anxiété sont devenues handicapantes. Et si votre peur s'était transformée en phobie ? Mais pourquoi ? Et surtout comment la vaincre ?



Adolescence et prise de risques

Collège international de l'adolescence, Albin Michel, 2010, 229 p.

Résumé : La prise de risques à l'adolescence fait partie de la construction de soi. Elle permet d'expérimenter son propre rapport à la réalité et aux autres. Mais la frontière entre l'aventure et le danger est souvent ténue et peut mener à des passages à l'acte parfois fatals, des comportements suicidaires, ou des addictions. Des spécialistes s'interrogent ici sur les enjeux de ces conduites, leur degré de gravité et l'attitude à adopter lorsque l'adolescent se met trop en danger. Ils mettent l'accent sur la prise en charge psychothérapeutique qui peut lui faire comprendre le sens de tels comportements, mais ouvrent aussi des pistes de réflexion sur les moyens de les prévenir.



La fatigue d'être soi. Dépression et société

Ehrenberg A., Odile Jacob, 2000, 415 p.

Résumé : Fatigue, inhibition, insomnie, anxiété, indécision : la plupart des difficultés rencontrées dans la vie quotidienne sont aujourd'hui assimilées à de la dépression. Croisant l'histoire de la psychiatrie et celles des modes de la vie, Alain Erhenberg suggère que cette « maladie » est inhérente à une société où la norme n'est plus fondée sur la culpabilité et la discipline, mais sur la responsabilité et l'initiative ; elle est la contrepartie de l'énergie que chacun doit mobiliser pour devenir soi-même. Et si la dépression était surtout le révélateur des mutations de l'individu ?



Mal de vivre. Comment trouver de l'aide

Femmes prévoyantes socialistes, Mutualités socialistes, 54 p.

Résumé : Nous sommes nombreux à ne pas savoir vers qui nous tourner lorsque la vie perd de sa saveur et que le mal être s'installe en nous. Cet outil belge nous renseigne sur qu'est-ce que la souffrance et le bien-être, comment chercher de l'aide.

Téléchargeable : <http://www.solidaris-liege.be/mutualite/nos-publications/decouvrez-nos-fiches-publications-et-brochures-en-ligne/vos-brochures-et-depliants/mal-de-vivre.html>



Fous alliés

CHP de Liège, 2001, 84 p.

Résumé : Bande dessinée réalisée par des personnes souffrant de troubles psychiques, qui va changer votre vision de la maladie mentale. Entre les différentes planches sont intercalées des informations claires pour mieux comprendre la maladie mentale.



Guérir la souffrance psychique

Olié J-P., Odile Jacob, 2009, 289 p.

Résumé : L'objectif de ce livre est d'aider à mieux comprendre comment la psychiatrie d'aujourd'hui peut guérir la souffrance psychique car elle possède maintenant les outils de guérison adaptés pour prendre en charge, quelle que soit leur intensité, les différents troubles psychiques. Ce livre montre aussi les avancées extraordinaires de cette discipline médicale en complet renouvellement.



Précarité et santé mentale. Repères et bonnes pratiques

FNARS, (Fédération nationale des associations d'accueil et de réinsertion sociale), 2010, 129 p.

Résumé : Ce guide est le résultat du travail d'un groupe national Précarité et santé mentale FNARS, de séances d'échange de pratiques entre acteurs du social et de la psychiatrie, et de contributions nombreuses d'acteurs du terrain.

Téléchargeable : http://poledoc.bibli.fr/opac/doc_num.php?explnum_id=524



Prévenir le stress et les risques psychosociaux au travail

Sahler B., ANACT, 2007, 268 p.

Résumé : Le constat fait l'unanimité : stress au travail, violences, harcèlements, conduites addictives., les risques psychosociaux sont une grave menace pour la santé des salariés et, par voie de conséquence, pour la performance des entreprises. Soulignant la spécificité de ces risques, les auteurs détaillent toutes les étapes, illustrent leur propos grâce à de nombreux cas d'entreprises et donnent des clés pour faire de la prévention un projet stratégique, seul à même de garantir, dans la durée, la santé des salariés et la performance.



La dépression

Soumaille S., Ed. Médecine & Hygiène, 2012, 199 p.

Résumé : Au cours de leur vie, une femme sur 5 et un homme sur 10 vont faire la douloureuse expérience de la dépression. Connaître sa maladie est le premier pas pour sortir du tunnel dépressif. Symptômes, diagnostic, traitement, prévention des rechutes : ce livre accompagne le patient sur le long chemin qui le mène vers la guérison. Il est aussi une aide pour les proches. En s'informant sur sa maladie, l'entourage peut mieux soutenir le déprimé sur la durée, sans sombrer avec lui.



Comprendre et soigner la dépression

Peretti C-S., Elsevier Masson, 2013, 226 p.

Résumé : Comprendre et traiter la dépression aujourd'hui participe à une démarche transversale qui mobilise des connaissances cliniques, épidémiologiques, neurobiologiques, génétiques, cognitives, thérapeutiques et pharmacologiques. Cet ouvrage présente les points forts de ces connaissances et quelques perspectives d'avenir qui orientent le praticien et les soignants pour le diagnostic de cette pathologie et sa prise en charge. Cette prise en charge est envisagée sous différents angles, qui vont de l'individuel dans l'intimité de la relation du patient et de son psychothérapeute, au collectif représentant un des grands défis que la médecine moderne doit relever.

3. Supports d'animation



Le mal être des jeunes : addictions, suicide, viol : des jeunes dans tous leurs états

DVD, Capri G., EducAgri, 2010

Résumé : Support d'actions de sensibilisation à la prévention des conduites à risques des jeunes qui permettent d'ouvrir le dialogue entre le public et le ou les intervenants, comprenant 4 courts métrages :

Film 1 : « J'étudie le vin et je parle alcool » (16 mn)

Film 2 : « Poulet carotte » (26 mn)

Film 3 : « Des ados au bout du rouleau » (26 mn)

Film 4 : « Les électrons libres » (15 mn)



Art-langage bien-être, mal-être

Photo-expression, Olivo C., IREPS Languedoc-Roussillon, 2011

Résumé : Ce photo expression, comprenant 41 photos et un livret pédagogique, utilise l'art-langage pour permettre, à partir de reproductions d'œuvres d'art, l'expression des représentations du bien-être et du mal-être. Il s'adresse principalement aux jeunes et aux adultes dans le cadre d'actions de prévention, mais peut s'utiliser avec d'autres publics : des enfants, des patients dans le cadre de séances d'éducation thérapeutique, des personnes âgées, etc.

BINGO, plein la tête ; Bien-être, mal-être psychiques : jeu d'animation pour y réfléchir et parler en groupe

Femmes Prévoyantes Socialistes, Bruxelles, 2001

Résumé : Ce jeu a pour objectif d'aider à mettre des mots sur la santé et la maladie mentale, de susciter la réflexion personnelle et l'analyse des phénomènes psychiques dans une dimension collective et culturelle, d'informer sur le stress, les médicaments psychotropes, les thérapies, leur coût, et enfin de faire la chasse aux « idées toutes faites ». Il délivre peu d'informations mais favorise l'expression des représentations autour de la santé mentale, des expériences vécues, des stéréotypes et des idées préconçues, tout en suscitant une réflexion personnelle et collective sur la santé et la maladie mentale. L'utilisation optimale se fera en groupes de 6 à 12 personnes à partir de 16 ans.

4. Site Internet :

Ascodocpsy

Réseau documentaire en santé mentale qui existe depuis près de 20 ans. 93 établissements de santé mentale se sont associés pour promouvoir et valoriser l'information et la documentation en santé mentale. C'est un groupement d'intérêt public (GIP) depuis 2000 pour pérenniser et renforcer leur activité.

<http://www.ascodocpsy.org/>



Centres Ressources en Éducation et Promotion de la Santé en Limousin

Base de Données Documentaires : <http://poledoc.bibli.fr>

Site Internet : www.pepslimousin.fr

En Corrèze

IREPS 19
1, boulevard du Docteur Verlhac
19100 BRIVE

Tél : 05 55 17 15 50

Contact : Céline MORELLI

Courriel :

celinemorelli.irepslimousin@gmail.com
ireps19@orange.fr

En Creuse

IREPS 23
Résidence du Jardin Public
27, avenue de la Sénatorerie
23000 GUERET

Tél : 05 55 52 36 82

Contact : Marie-Rose THEUILLON

Courriel :

mtheuillon.irepslimousin@gmail.com
ireps23@orange.fr

En Haute-Vienne

IREPS 87
4, rue Darnet
87000 LIMOGES

Tél : 05 55 37 19 57

Contact : Catherine GEOFFROY

Courriel :

cgeoffroy.irepslimousin@gmail.com
ireps87@orange.fr