

MISE EN PLACE DE LA BIBLIOTHEQUE DE PRÊT SUR LES TROUBLES BIPOLAIRES

L'association Padem met à disposition du public une bibliothèque de prêt ouverte tous les jours de 14h à 17h.

Les ouvrages sont consultables sur place également.

Pour tout renseignement contactez Padem au 09.51.89.53.39 ou bien par mail à l'adresse suivante: bipol@padem.org

Pourquoi une bibliothèque sur les troubles bipolaires ?

Il y a six mois de cela, Padem a lancé un projet de soutien aux personnes bipolaires et à leur entourage en Lorraine. Consciente de la détresse et du sentiment de solitude que peuvent ressentir, à la fois les malades et leurs proches, l'association a souhaité apporter un soutien à des personnes, souvent incomprises.

Aujourd'hui, nombreux sont les magazines à évoquer la bipolarité comme étant la maladie du siècle. Ce qui reste certain pour Padem c'est que les besoins des patients et des proches sont importants, notamment en termes d'informations, d'accueil et d'orientation.

L'association s'est donc attelée à cette tâche cruciale qu'est l'information des malades et de leur entourage mais également du grand public. Outre les conférences qu'elle organise, Padem a mis en place une bibliothèque de prêt regroupant un ensemble d'ouvrages sur la maladie et ses enjeux, allant de la question du traitement des troubles bipolaires à la problématique du handicap psychique dans le monde du travail.



Ce document recense l'ensemble des ouvrages composant la bibliothèque de Padem ainsi que les films mis à disposition gratuitement par l'association, au sein de sa cellule d'accueil. Il est accompagné, pour chaque livre ou DVD d'un résumé expliquant brièvement le sujet de l'ouvrage et l'angle abordé (patient, psychiatre, proche ou employeur).

- Mieux comprendre la maladie 1
- Troubles bipolaires chez l'enfant et l'adolescent 2
- Vivre avec une personne bipolaire 2
- Témoignages de personnes bipolaires 3
- Traitement de la maladie 4
- Addictions et troubles bipolaires 4
- Etudes réalisées sur les troubles bipolaires 4
- La réinsertion socio-professionnelle des personnes bipolaires 5
- Les troubles bipolaires en images 5

Mieux comprendre la maladie

Prentiss Price. *Manuel du Cyclothymique*. Editions Eyrolles. 2011

« Ce manuel s'adresse à toutes les personnes fatiguées de vivre des hauts et des bas. Il leur propose une méthode progressive et des outils efficaces pour gérer leurs changements d'humeur

et mener une vie équilibrée ».

Christine Mirabel Sarron et Isabelle Leygnac Solignac. *Les troubles bipolaires, de la cyclothymie au syndrome maniaco-dépressif*. Edition Dunod. 2011

Cet ouvrage permet de mieux comprendre la mala-

die et les traitements existants grâce, notamment, à de nombreuses illustrations cliniques.

Pr. Marc-Louis Bourgeois. *Manie et dépression, Comprendre et soigner les troubles bipolaires*. Edition Odile Jacob. 2007

Dans cet ouvrage, « l'un des

meilleurs spécialistes des troubles bipolaires explique dans un langage clair et accessible les dysfonctionnements de cette maladie et présente les traitements actuellement recommandés ».

Dr Elie Hantouche. *Troubles bipolaires, obsessions et compulsions: les reconnaître et les soigner*. Edition Odile Jacob. 2006

« Dr Elie Hantouche, spécialiste des troubles bipolaires et des TOC, explique à l'aide de nombreux exemples les différentes maladies impliquées ».

Thierry Haustgen. *Idées reçues sur les troubles bipolaires*. Edition Le Cavalier Bleu. 2013

« Au travers d'une analyse précise des caractéristiques cliniques et des facteurs de risques, Thierry Haustgen détaille les différentes formes de troubles bipolaires et les thérapeutiques adaptées ».

Louis Bindler et Olivier Andlauer. *Le trouble bipolaire: 10 questions/réponses pour mieux comprendre le trouble bipolaire*. Edition Ellipses. 2012

« L'objet de cet ouvrage est d'aborder, à partir de questions simples, les différents aspects cliniques et thérapeutiques des troubles bipolaires mais aussi l'image qu'ils génèrent dans l'opinion publique ».

Dr Elie Hantouche. *Troubles bipolaires: manie, hypomanie et dépression*. Medi Text Edition. 2008

Le Dr Hantouche partage son expérience afin de permettre à tous de mieux reconnaître et comprendre les évolutions et les manifestations de cette maladie.

Dr Nicolas Duchesne. *Des hauts et des bas. Bien vivre sa cyclothymie*. Editions Odile Jacob. 2006

Des explications pour mieux comprendre ce qui vous arrive et des conseils pratiques pour agir au quotidien.

« Le trouble bipolaire est une affection fréquente qui concerne près de 2% de la population mondiale ».

Troubles bipolaires chez l'enfant et l'adolescent

Dr Elie Hantouche, Barbara Houyvet et Caline Madjalani. *Cyclothymie, Troubles bipolaires des enfants et adolescents au quotidien*. Edition J.Lyon. 2012

« Ce livre donne des réponses aux nombreuses questions des parents et des enseignants, et propose des solutions thérapeutiques et pédagogiques ».

Dr Philippe Jeammet et Dr Denis Bochereau. *La souffrance des adolescents. Quand les troubles s'aggravent ; signaux d'alerte et prise en charge*. Edition La découverte. 2007

Le but de ce livre est de « décrypter au mieux les bouleversements de l'adolescence, savoir repérer certains signaux d'alerte pour lesquels il est préférable de consulter ».

Dwight L. Evans et Linda Wasmer Andrews. *Dépression et trouble bipolaire chez l'adolescent. Conseils pratiques pour le quotidien*. Edition De Boeck. 2012

Cet ouvrage décrit la dépression et le trouble bipolaire sous ses différentes formes et les distingue des modifications d'humeur propres à l'adolescence.

Vivre avec une personne bipolaire

Dr Raphaël Giachetti. *La maladie bipolaire expliquée aux souffrants et aux proches*. Edition Odile Jacob. 2012

« Ce livre donne toutes les données scientifiques et pratiques pour comprendre le trouble bipolaire et surtout, pour faire que ce trouble n'empêche pas une vie heureuse et féconde ».

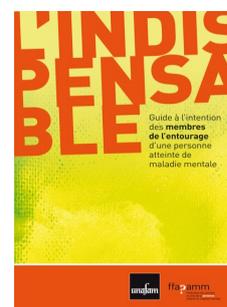
Unafam. *L'indispensable: Guide à l'intention des membres de*

l'entourage d'une personne atteinte de maladie mentale. 2012

Ce guide permet aux personnes de l'entourage d'une personne bipolaire de mieux appréhender la maladie et d'y faire face aux côtés du malade.

Hélène Davtian. *Frères et sœurs face aux troubles psychotiques*. Unafam. 2006

Ce livre s'adresse aux personnes ayant un frère ou un sœur souffrant de troubles psycho-



tiques, en particulier au moment où la maladie apparaît.

Dr Christian Gay. *Vivre avec un maniaco-dépressif*. Edition Fayard. 2010

Dans l'optique de pallier le

manque d'informations, le Dr Gay a entrepris de rédiger ce livre, afin d'aider les patients et leur entourage à se sentir d'avantage compris et soutenus.

Unafam. *Troubles psychiques: la parole aux familles*. 2013

75 personnes, proches de personnes atteintes de troubles psychiques, livrent leurs témoignages.

Unafam. *Droit, justice et psychiatrie*.

Ce petit livret est un guide destiné à aider les familles qui ont un proche, souffrant de troubles psychiques et pris dans le tourbillon de la justice.

Michel Rochet. *Des hauts et des bas qui perturbent votre vie: Aide et conseils aux manico-dépressifs et à leur famille*. Edition Chiron. 2006

« L'expérience douloureuse de Michel Rochet et de ses proches s'est étalée sur plus de vingt ans [...]. Grâce à son dernier psychiatre, il a enfin accepté de mettre un nom sur la cause de ses souffrances: les troubles bipolaires ».

Claire Frossard. *Petite Oursonne et son papa*. Unafam. 2011

Les troubles bipolaires expliqués aux enfants.



« La famille d'un manico-dépressif, souvent tenue à l'écart et peu informée sur la maladie se retrouve pourtant en première ligne »

Témoignages de personnes bipolaires

Dr Elie Hantouche et Nathalie Fauchoux. *Le journal de Léa: Cinéma, TOC et trouble bipolaire*. Edition Odile Jacob. 2011

« C'est à travers les films de ses réalisateurs préférés que Léa va tenter de raconter son histoire et surtout, de comprendre ce dont elle souffre ».

Manon Corvoisier. *Moi, Manon, Bipolaire. De l'enfer à mon chemin de liberté*. Ed. Salvator. 2012

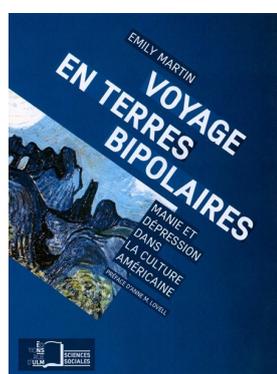
« Manon souffre de manico-dépression. Elle nous relate son enfance difficile, l'influence qu'ont eu les pensées de son arrière grand-père sur sa vie ainsi que son dramatique mariage annulé ».

Ann Heberlein. *Bipolaire. Je ne veux pas mourir mais en finir avec la vie*. Edition Actes Sud. 2011

« Dénonçant le silence qui entoure les maladies psychiques, cette intellectuelle suédoise livre ici un témoignage bouleversant ».

Emily Martin. *Voyages en terres bipolaires. Manie et dépression dans la culture américaine*. Edition Rue d'ULM. 2013

« En anthropologue, E. Martin nous entraîne dans le monde méconnu des groupes de soutien, des séances en psychiatrie et des médicaments psychotropes utilisés pour soigner les Américains atteints de troubles bipolaires ».



Yann Layma. *J'ai dû chevaucher la tempête, les tribulations d'un bipolaire*. Edition de la Martinière. 2012

« Histoire d'une vie marquée par la maladie bipolaire. Témoignage entre récit d'aventure et combat plein d'espoir contre la maladie ».

Dr Jérôme Palazzolo. *Sur le fil du rasoir, Itinéraire d'un bipolaire*. Ellébore Edition. 2005

« Cet ouvrage, construit comme un film, tente, de séquence en séquence, de rassembler une histoire intime et personnelle. Celui qui témoigne est bipolaire ».

Richard Langlois. *Le fragile équilibre. Témoignages et Réflexions sur la manico-dépression et la santé mentale*. Edition Le Dauphin Blanc. 2004

Richard Langlois décrit de façon saisissante son expérience du trouble bipolaire.



E. Guillon, P. Guillon et S. Samson. *Journal d'une bipolaire*. Edition La boîte à bulles. 2010

Récit autobiographique d'une jeune femme en proie aux fluctuations anormales de son humeur.

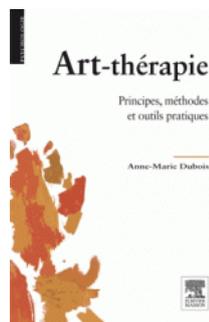
Documentaire réalisé par Espoir 54. *Paroles d'usagers pour une santé mentale citoyenne*. 2010

Ce film regroupe des témoignages d'usagers de la santé mentale (leur avis sur la santé mentale, sur les médecins généralistes ou encore, sur le système de soins).

Traitement de la maladie

François Ferrero et Jean-Michel Aubry. *Traitements psychologiques des troubles bipolaires*. Edition Masson. 2009

Ce livre présente la diversité et la richesse des différentes approches psychologiques des troubles bipolaires. Il regroupe des réponses aux questions que se posent les praticiens et les patients.



Anne-Marie Dubois. *Art thérapie. Principes, méthodes et outils pratiques*. Edition Elsevier Masson. 2013

« Cet ouvrage se propose de fournir tous les repères nécessaires à la compréhension et à la pratique de l'art thérapie [...]. La participation de spécialistes et les cas cliniques développés permettent de saisir les spécificités de chaque discipline. »

Nayla Chidiac. *Ateliers d'écriture thérapeutiques*. Edition Elsevier Masson. 2013

« Structuré en quatre parties –historique et théorie, indications, exposé des différentes formes narratives et



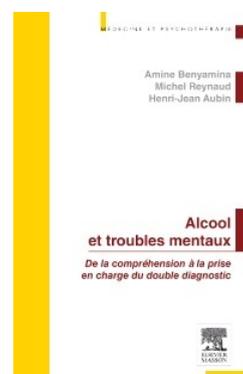
outils pour le thérapeute– ce manuel permet d'appréhender cette forme de médiation thérapeutique qui est aussi une médiation artistique. Du slam à la villanelle, du haïku au cadavre exquis, des tautogrammes aux contes, l'auteur explore la richesse des supports, en en faisant un levier thérapeutique ».

« Cette maladie à l'évolution déroutante, qui alterne normalité apparente et phases aiguës d'excitation et de dépression, a suscité de nombreuses recherches. Plus fréquentes qu'on ne le croyait, elle reste pourtant encore largement méconnue »

Addictions et troubles bipolaires

Amine Benyamina, Michel Reynaud et Henri-Jean Aubin. *Alcool et troubles mentaux. De la compréhension à la prise en charge du double diagnostic*. Edition Elsevier Masson. 2013

« Cet ouvrage, à la fois théorique et pratique offre au praticien toutes les informations indispensables à la prise en charge d'un patient présentant un double diagnostic ».



Pierluigi Graziani et Lucia Romo. *Soigner les addictions par les TCC*. Edition Elsevier Masson. 2013

« Cet ouvrage aborde les addictions dans toute leur diversité et propose pour chaque addiction les principes pratiques pour une prise en charge efficace ».

Etudes réalisées sur les troubles bipolaires

Yann Le Cardiet. *Etat des lieux de la prise en charge du trouble bipolaire en France*. Editions Universitaires Européennes. 2010

Cet ouvrage à destination des professionnels de santé établit un état des lieux de la prise en charge des patients souffrant de troubles bipolaires en les confrontant à la prise en

charge préconisée par la Haute Autorité de Santé.

Katia M'Bailara. *Réactivité émotionnelle et troubles bipolaires. Une relecture des troubles bipolaires au plus près du vécu émotionnel des patients*. Editions Universitaires Européennes. 2010

« L'ouvrage présente des études pour mieux décrire le

vécu émotionnel des patients atteints de troubles bipolaires ».

Elena Hunt. *Déni de la maladie et observance thérapeutique*. Editions Universitaires Européennes. 2011

Etude qui vérifie le lien entre le déni de la maladie et l'observance thérapeutique.



PADEM Bipol

7 rue Clérisseau
57070 Metz

Permanences: tous les jeudis

Tél: 09 51 89 53 39
Mail: bipol@padem.org

La réinsertion socio-professionnelle des personnes atteintes de troubles bipolaires

Espoir 54. *Funambules de nos vies. 10 ans de compagnonnage sur les chemins de la citoyenneté.* 2008. Association d'idées

Pour marquer ses 10 ans, l'association Espoir 54 qui aide à la réinsertion socio-professionnelle des personnes atteintes de troubles bipolaires a publié cet ouvrage collectif regroupant des témoignages de ses adhérents.



Qu'est ce que le handicap psychique ? Connaître le handicap psychique dans le monde du travail.

Ce document juridique permet de mieux appréhender les problématiques d'insertion professionnelle et les réponses existantes pour les personnes en situation de handicap psychique.

Documentaire de Laurent Mass. *Faire refleurir en moi la vie.* Co-production Mat Films, France 3 Lorraine Champagne Ardenne, Images Plus. 2004

« Aujourd'hui, avec l'aide de l'association Espoir 54 à Nancy, Vincent, Nicolas et Lydie apprennent petit à petit à

surmonter leur maladie. Les parcours se croisent, l'entraide s'organise, la résistance prend corps ».

Documentaire d'Espeir 54. *Le travail: un peu, beaucoup, à la folie, pas du tout ?* Une production MJC Lorraine. 2011

« Faut-il être fou pour employer un fou ? Derrière cette question amusante se pose en fait un véritable problème de société: l'intégration dans le monde du travail de personnes atteintes de troubles psychologiques est elle possible ? ».

Les troubles bipolaires en images

David O'Russell. *Happiness Therapy.* 2012

« Pat a tout perdu. Après son passage en institut, il retourne chez ses parents. Il est déterminé à se reconstruire et à retrouver son ex-femme ».



Mike Figgis. *Mr Jones.* 1993

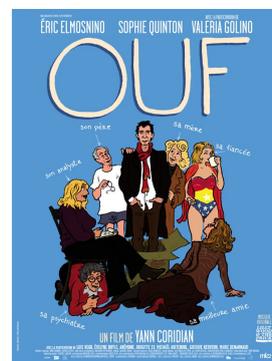
« Mr Jones, prince charmant, surgi de nulle part, n'a qu'un seul problème: être un séducteur fantastique ou tomber dans des excès mettant en danger sa sécurité et celle des autres ».

Stephen Daldry. *The Hours.* 2003

« Trois femmes, trois histoires, trois épisodes. Un roman va les réunir et bouleverser leurs vies ».

Ed Harris. *Pollock.* 2000

Ce film retrace l'histoire du célèbre peintre américain Jackson Pollock en proie à des troubles psychiques.



Yann Coridian. *Ouf.* 2013

« A 41 ans, François a tout pour être heureux mais après un énième dérapage incontrôlé, suivi d'une mise au vert à l'hôpital psychiatrique, Anna, l'amour de sa vie le met à la porte (...) »

RETROUVEZ
NOUS SUR
BIPOL.ORG