Initier et structurer le parcours à destination des aidants en psychiatrie avec **les programmes BREF & LÉO**

10ème Journée C3RP - 25 juin 2021

Docteur Romain REY, MD, PhD
CH le Vinatier
Centre Lyonnais des Aidants/familles en Psychiatrie - CLAP
PSYR2 team - Centre de Recherche en Neurosciences de Lyon

Psycho-éducation des aidants - rationnel

Excès de morbidité physique et psychique chez **les aidants de patients avec un trouble schizophrénique** en comparaison avec la population générale

Gupta et al., BMC Psychiatry, 2015
Mittendorfer et al., Schizophrenia Bulletin, 2018

Bénéfices de la psycho-éducation des familles

Un bénéfice sur les patients

Réduction de 40% du taux de rechute des patients en comparaison à un groupe contrôle

Amélioration de l'observance thérapeutique

La psychoéducation familiale est l'intervention la plus efficace après les traitements médicamenteux

Pilling et al., 2002
Sin and Norman, 2013
Addington et al., 2013

Réduction du fardeau ressenti par les aidants

Réduction de la symptomatologie dépressive

Réduction du nombre de jours d'arrêt de travail

Valladier et al., 2016
Ma et al., 2018

Un bénéfice sur les familles

Enquête COVID-aidants

- 384 réponses entre le 6 avril et le 9 mai 2020
- Âge moyen : 62 ans / 75% de femmes / 85% de parents
  - 65% accompagnent un proche vivant avec un trouble schizophrénique
  - 9% accompagnent un proche vivant avec un trouble bipolaire

- 82,2% adhérents à une association de familles
- 77,3% ont déjà bénéficié d'une intervention proposée par une association
- 57,6% ont déjà bénéficié d'un programme de psychoéducation

- 29% ont accueilli leur proche au domicile pendant le confinement

Rey et al., in writing

Enquête COVID-aidants

- Avoir bénéficié d'un programme de psychoéducation familial est associé à :
  - un niveau moindre de symptomatologie dépressive ($p<0.0001$)
  - moins de situations évocatrices de dépression ($p<0.005$)
  - moins de situations d'état dépressif caractérisé ($p<0.05$)
  - un niveau moindre de fardeau ($p<0.0001$)
  - un niveau moindre de stress personnel ($p<0.05$)
  - un niveau plus élevé de bien-être mental ($p<0.0001$)

- Y compris en situation adverse, le fait d'avoir bénéficié d'un programme psychoéducatif familial (BREF, Profamille, Avec, …) **est un facteur protecteur** vis-à-vis des symptômes de dépression.

Rey et al., in writing

Recommandations internationales

Une prise en charge ***précoce et systématique*** des familles

Galletly et al., ANZJP, 2016

The Royal Australian & New Zealand College of Psychiatrists

Fenêtre d'opportunité thérapeutique **pour les patients**

Prévention de la morbidité psychique et physique **pour les familles**

Recommandations nationales

Partenariat avec les associations de familles, dans une logique de **parcours**

Galletly et al., ANZJP, 2016

Pour rendre **durables** les effets de la psycho-éducation des familles

Contexte Français

Recommandations internationales

La psychoéducation des familles,
un double bénéfice
Familles + Patients

Problématique française

Faible proportion des familles <5%
Délai important : 8-12 ans

Le programme BREF, un programme initial

3 SÉANCES

+ 1 APPEL TELEPHONIQUE À 3 MOIS

2 SOIGNANTS

+ 1 BÉNÉVOLE D'ASSOCIATION DE FAMILLE (3ème séance)

BREF

1 HEURE PAR SÉANCE

1 FAMILLE

3 SÉANCES + 1 appel téléphonique

SÉANCE 1

Récit et ciblage des objectifs

SÉANCE 2

Focus personne malade

SÉANCE 3

Focus aidant

Appel à 3 mois

Faire le point

LES 3 OBJECTIFS

BREF

Programme de Psychoéducation

Individualiser l'accueil des aidants

Accueillir de façon **précoce** et **systématique** les aidants

Connecter les aidants à un parcours dédié

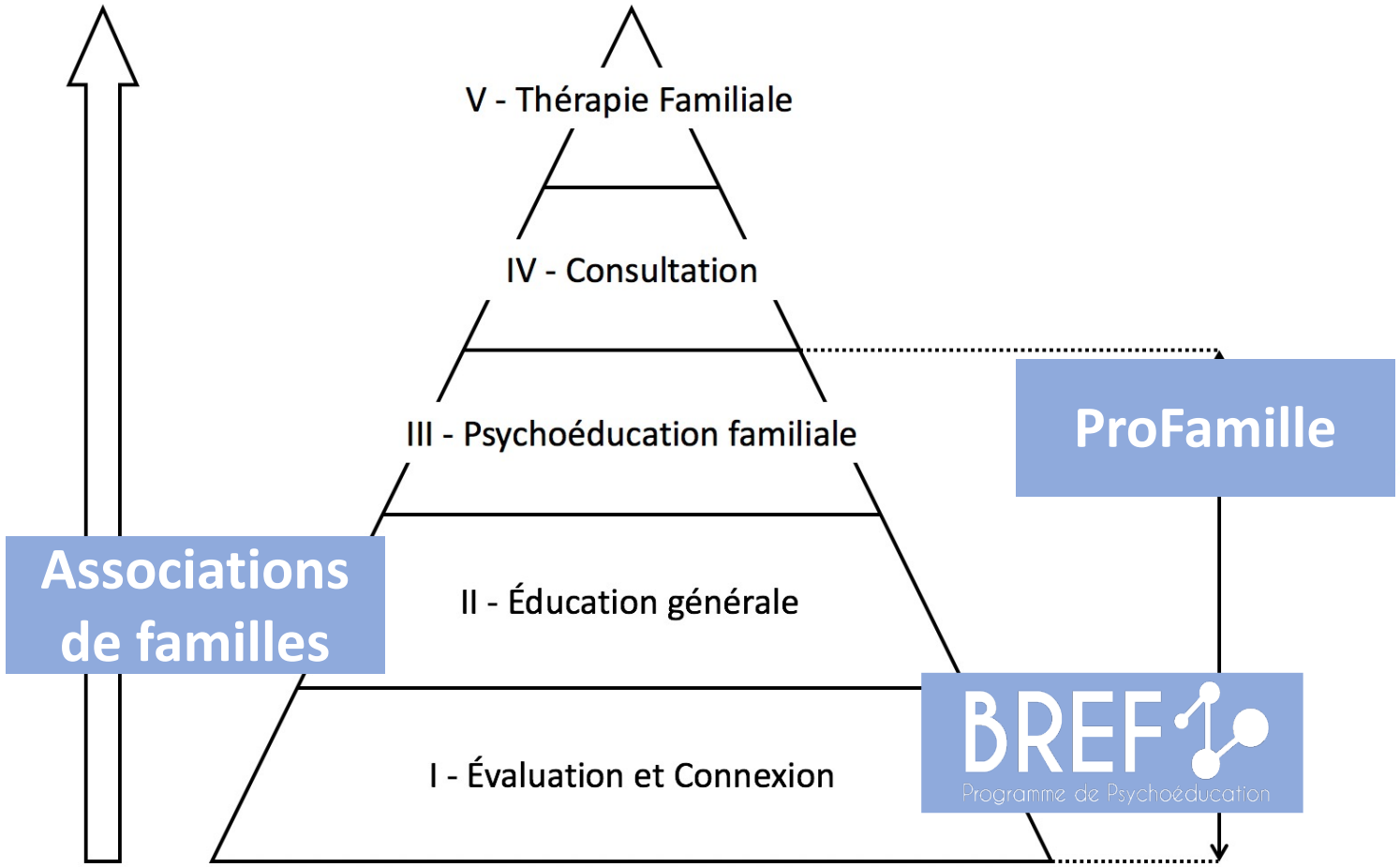
CONNECTER PRO-ACTIVEMENT AU PARCOURS
Comment éviter que des aidants restent au bord du chemin ?

- Recueillir les coordonnées (tel/mail) des aidants et leur accord pour qu'elles soient transmises à l'UNAFAM
  - → Reçoivent newsletters
  - → Informés des évènements et services proposés par l'Unafam
  - → Rappel à 2 ans (aidants dont on n'a pas de nouvelle)

- Rappel téléphonique à 3 mois
  - → Remotiver les aidants à poursuivre leur parcours

- Les stratégies de connexion avec le parcours
  - → Objectifs fixés conjointement avec les aidants (au moins un objectif en lien avec le parcours)
  - → La rencontre avec un bénévole de l 'UNAFAM

Quel parcours pour les aidants en psychiatrie ?



Comment renforcer le parcours des aidants ?

1. Former

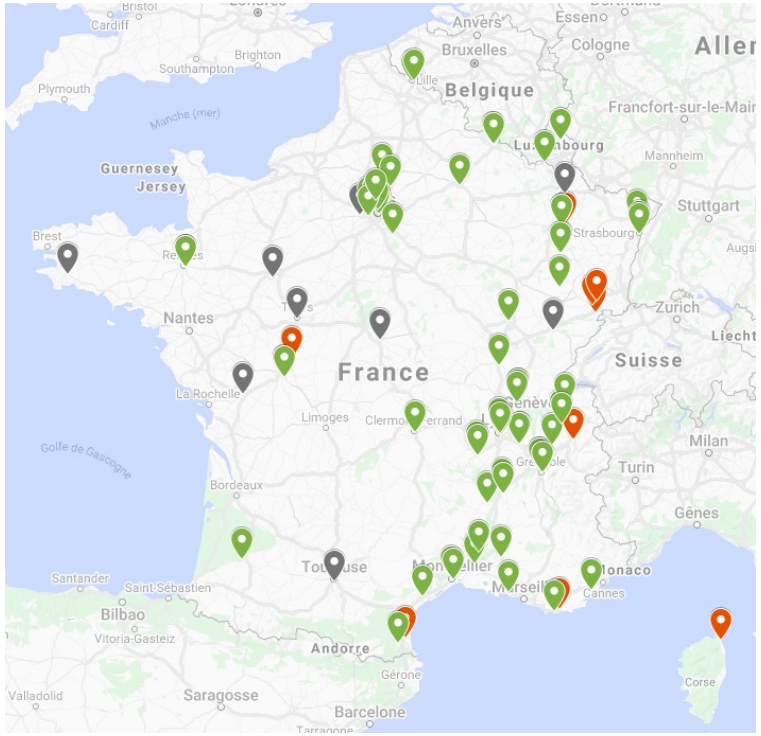
FORMATION AU PROGRAMME

BREF
Programme de Psychoéducation

Formation gratuite : 1 jour

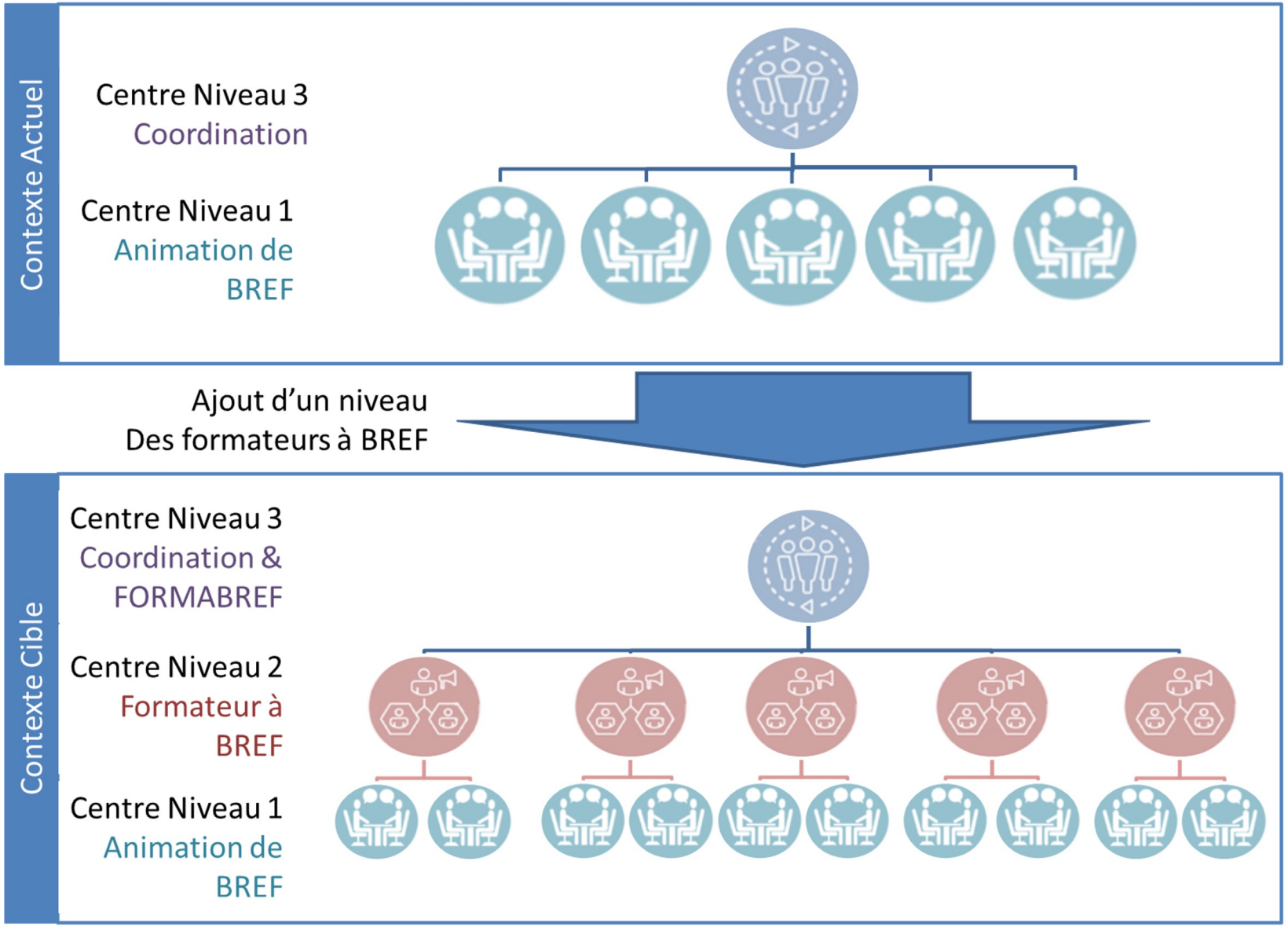
Objectifs principaux :

Acquérir les compétences nécessaires à
- la mise en place du programme BREF
- structurer localement un parcours à destination des aidants



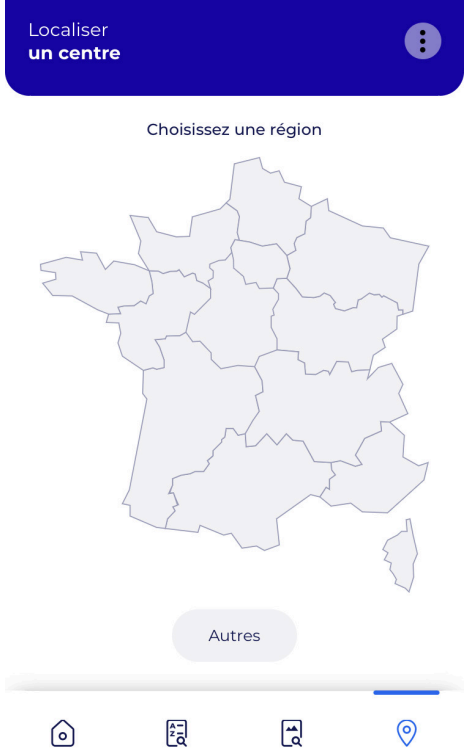
2. Accroitre les capacités de formation

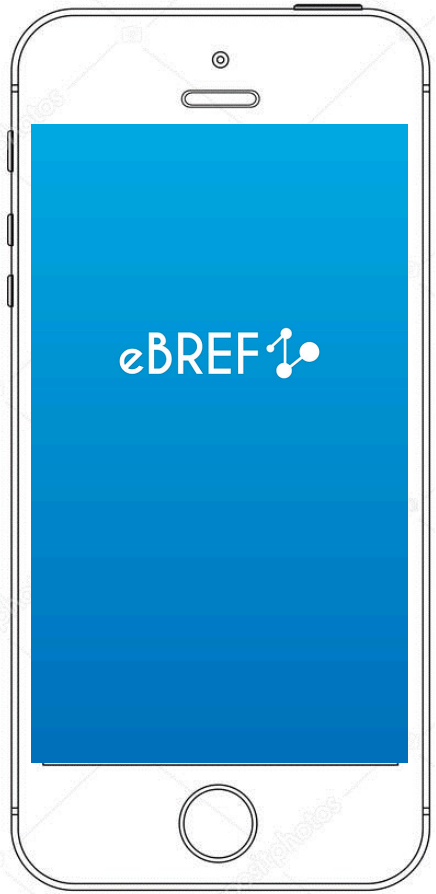
FIO en psychiatrie



« Structuration d'un réseau régional de formation en vue d'une intervention précoce et systématique dans le parcours des aidants en psychiatrie »

3. Renforcer le parcours des aidants





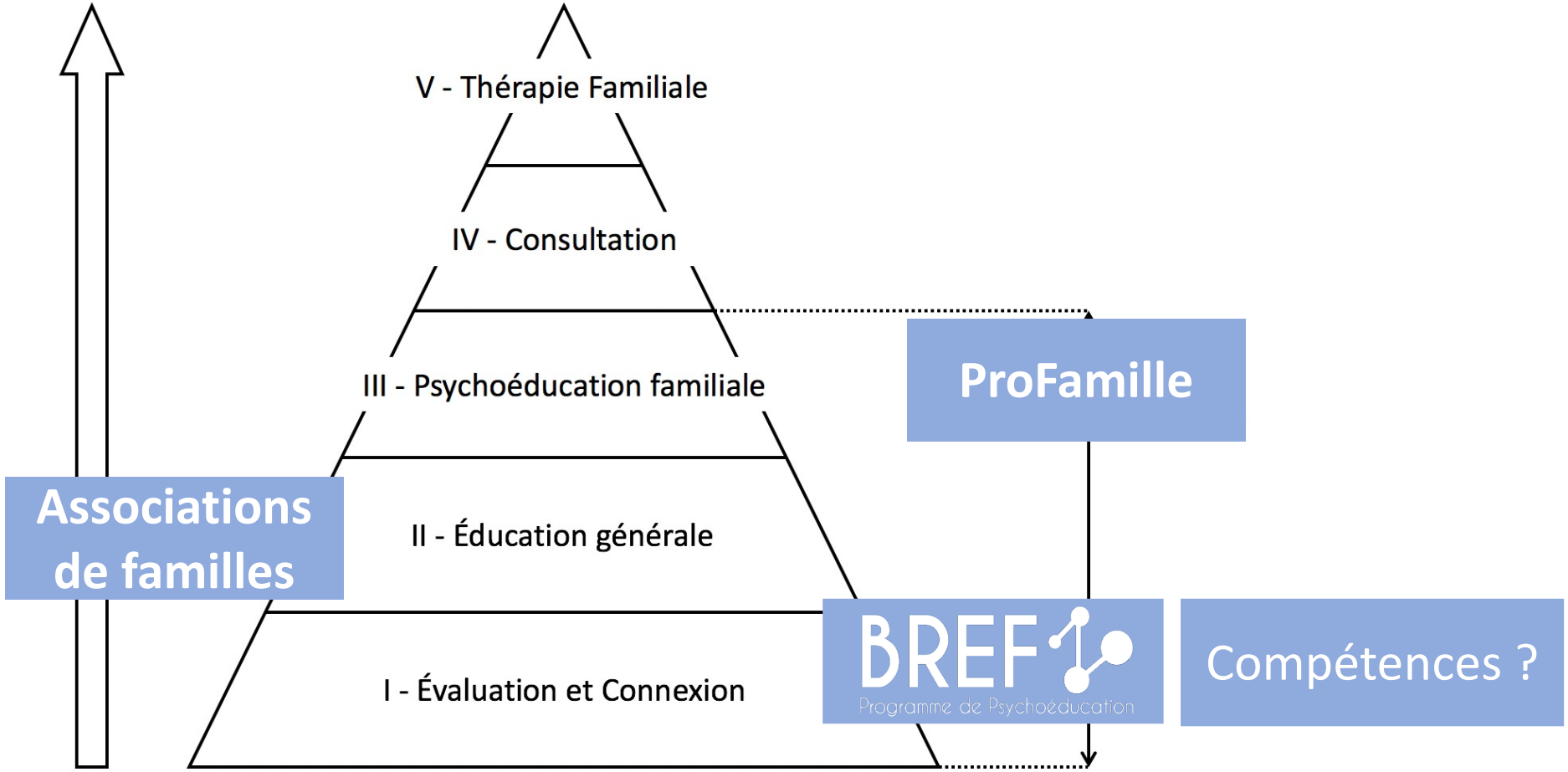
L'APPLICATION NUMÉRIQUE

- Prolonger le programme BREF
- Favoriser le parcours des aidants
- Informer
- Initier le parcours ?

4. Compléter le parcours des aidants

Une prise en charge ***précoce et systématique*** des familles

Galletly et al., ANZJP, 2016



LÉO

MULTI-DIAGNOSTIC

- Troubles schizophréniques
- Troubles schizo-affectifs
- Troubles de l'humeur (bipolarité, dépression)

8 séances de 3h

Groupe de 12 personnes

Collectif Schizophrénies

CLAP
Centre Lyonnais des Aidants en Psychiatrie

Objectifs des programmes psychoéducatifs à destination des aidants

Connaissances

MULTI-DIAGNOSTIC

Entretien Motivationnel

Compétences (accompagner son proche)

Construire un réseau de soutien

MULTI-FAMILIAL

ZRM

Compétences (prendre soin de soi)

LÉO

NOTRE PROMESSE : QUE VOUS PUISSIEZ AGIR !

- **Transmettre** un socle de **connaissances** et **d'outils** pour améliorer votre quotidien, et votre façon de réagir lors des périodes de crise
- **ENTRAINER+++** aux différents outils et techniques
- **Offrir des moments de partage et de convivialité** avec d'autres familles (ou entourage) concernées par des troubles psychiques
- **Redonner espoir** et confiance de pouvoir agir

Collectif Schizophrénies

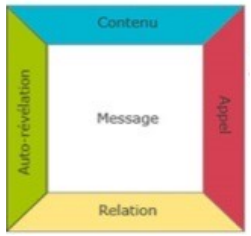
CLAP
Centre Lyonnais des Aidants en Psychiatrie

LÉO

Communication avec mon proche	1	Accroître mes connaissances médicales
	2	Améliorer mon style de communication 1/2
	3	Améliorer mon style de communication 2/2
	4	Communiquer si délire ou hallucination
	5	Optimiser mon message
ZRM pour moi	6	Clarifier mes besoins et mon objectif
	7	Identifier mes ressources
	8	Préparer mon plan d'action

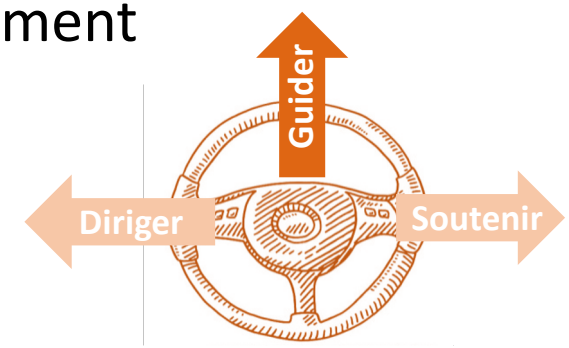
Promesse de LÉO : **Que vous puissiez agir!**

- En améliorant la **communication** avec votre proche



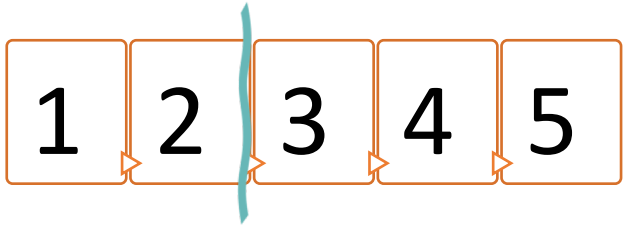
Le carré de communication :
les 4 facettes d'un message

- En **guidant** votre proche vers le changement



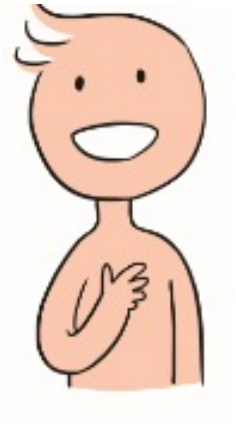
L'entretien motivationnel :
un style de conversation collaboratif

- En agissant avec succès en prenant en compte votre propres **besoins**



Le modèle ZRM *(Zürcher Ressourcen Modell* =Modèle de Ressources Zurichois*)*: modèle d'autogestion indiquant les étapes à franchir entre les désirs/les besoins et la mise en œuvre de l'action

Parcours psychoéducatifs



Border’

BiPict

ETP modulaire multiDc

Bip’Aid

Bipo’

Observance thérapeutique

Comprendre et vivre avec la Schizophrénie

Connaissances - Compétences SOCLES

Connaissances - Compétences APPROFONDISSEMENT

BREF

LÉO

PEP’s Familles

Profamille SZ/BP

Connexions familiales

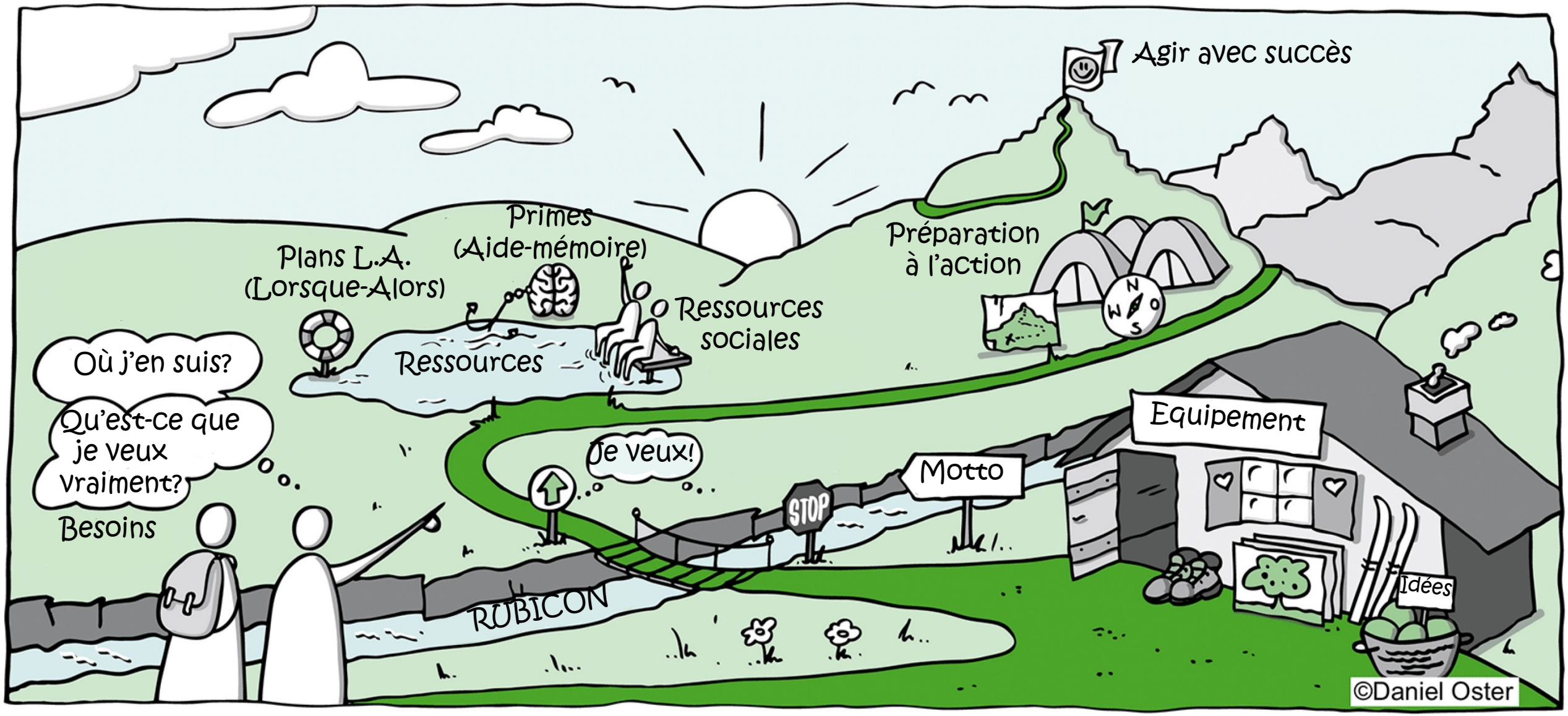
Merci de votre attention !

romain.rey@ch-le-vinatier.fr
CLAP@ch-le-vinatier.fr

Centre hospitalier
Le Vinatier

CLAP
Centre Lyonnais des
Aidants en Psychiatrie

Les étapes du **ZRM** (= Modèle de Ressources Zurichois)



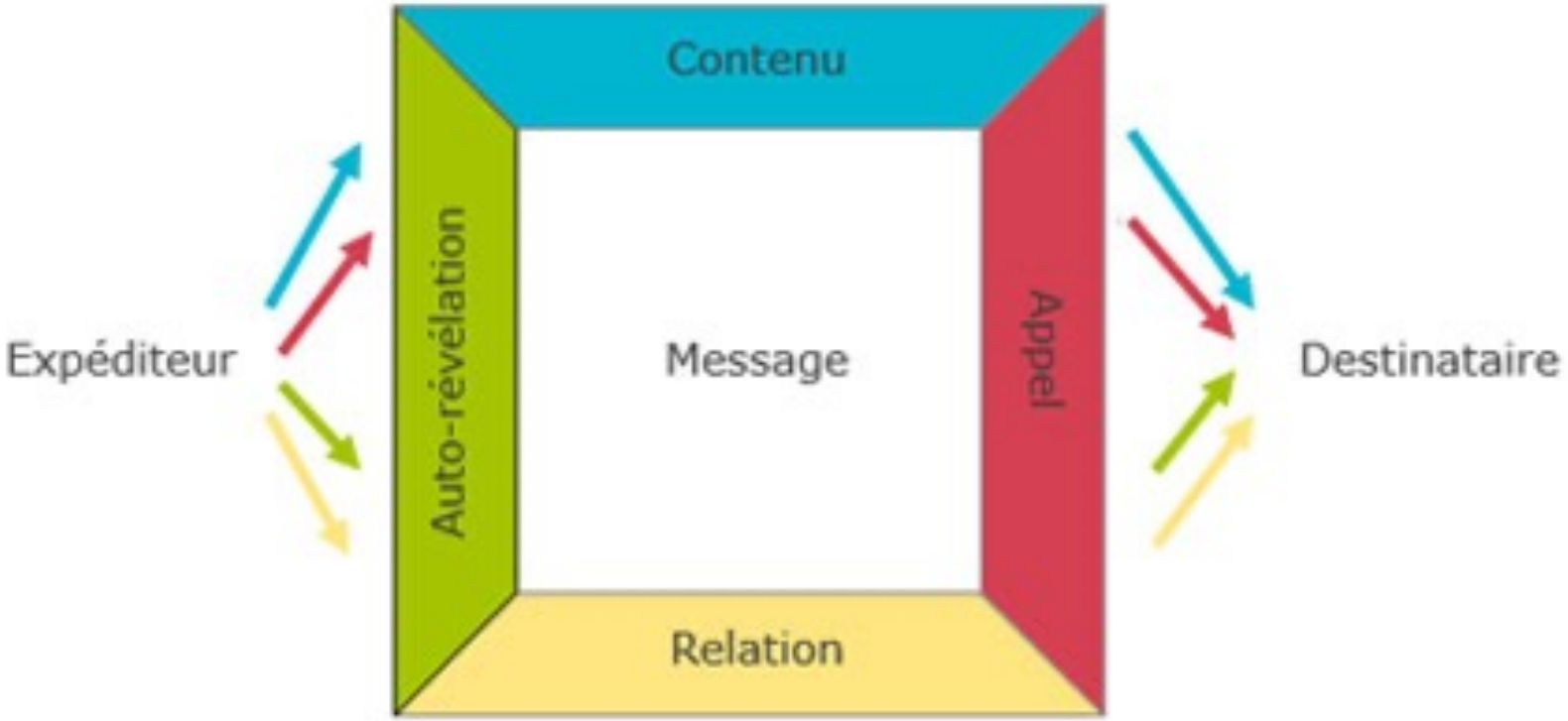
Source de l'image (modifiée par la traduction en français): *Ressourcen-aktivierend pflegen*, Daniel Oster, Hogrefe , verso de la page couverture du livre

Les 4 facettes d'un message

L'autorévélation sera entraînée tout au long du programme:

- ❑ météo intérieure
- ❑ sensations
- ❑ émotions
- ❑ besoins
- ❑ valeurs

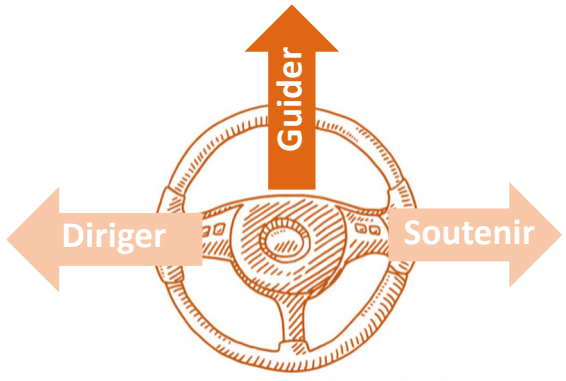
(…)



EXEMPLE: Tu m'as encore appelé à minuit hier soir, parce que tu t'ennuyais.
Je sais que c'est difficile pour toi de vivre seul dans ton logement.
Je suis exténuée. J'ai besoin de dormir.
A l'avenir, je ne décrocherai plus après 22h (= pose d'une limite).

Source de l'image et du texte: https://insieme.ch/fr/intranet/medias-et-politique/boite-a-outils/communication/

Entretien motivationnel (**EM**)



L'entretien motivationnel est un style de conversation collaboratif permettant de renforcer la motivation propre d'une personne et son engagement vers le changement.

MILLER W.R., ROLLNICK S., *L'entretien motivationnel – Aider la personne à engager le changement*, trad. par LECALLIER D., MICHAUD P., Paris, InterEditions, 2013, pp.12