

Engagement de Pairs aidants? 20 avril 2016, EESP Lausanne

L'expérience au CAPPI des HUG à Genève

Andrea EHRETSMANN

Cadre institutionnel

- “ Innovation au sein d’un centre ambulatoire du Département de santé mentale et psychiatrie des HUG
- “ Incertitudes liées à la fermeture d’un CAPPI en octobre 2016
 - Opportunités et défis pour forger une identité de pair praticien en santé mentale

Rôle dans l'équipe

- “ Collaboration avec les infirmières et infirmiers du pôle communautaire qui s'appuie sur le concept du rétablissement
- “ Participation à un colloque hebdomadaire
- “ Participation aux présentations de situations cliniques
- “ Supervisions régulières par Claudine Favero (l'infirmière responsable de l'unité)

Création d'un groupe thérapeutique I

- “ Départ: Groupe du programme de jour peu fréquenté appelé «retour weekend»
- “ Une réalisation: les usagers sont peu au courant de ce qu'est le rétablissement dont le concept vise l'empowerment

Une conviction:

- besoin d'outils simples, concrets avec de bons visuels contre la confusion dans laquelle se trouvent des personnes usagères du service
 - s'informer, apprendre et agir contribuent au rétablissement
-
- “ Sur quel «courants/méthode/philosophie» s'appuie un pair praticien? – manque d'outil lors de la formation
 - Identification du WRAP (outil créé par les usagers pour les usagers) et EXPERIMENTATION au sein du CAPPI

Création d'un groupe thérapeutique II

Groupe «rétablissement» fermé sur 12 séances avec la collaboration de deux infirmières spécialisées

- Inspiré par le WRAP (Wellness recovery action plan)
 - méthode développée aux USA par les usagers dont l'efficacité a été prouvée par une étude clinique.
- Contributions des infirmières spécialisées

Séances expérimentales mai – octobre 2016

” Conceptualisation et 1^{er} module du 30.11.15 – 15.02.16

- **Prise en compte du feedback des participants**
- 2^{ème} module 04.03.16 – 06.06.2016


 Espoir
 idée aidante
 idée non-aidante

Je suis malade et
 aidée depuis mon
 enfance + ça restera toute
 ma vie. Si seulement tout
 avait été différent!



idées non-aidantes:

routine = régularité
 habitude

Le processus de réajustement et de stabilisation
 Ruth Wajsb, 2002

Adaptation • Réagir • Acceptation • Plan d'action • Détermination • Recherche d'équilibre	Motiver • Personne impliquée • Importance • Manque de stress • Peur des conséquences • Implication sociale
Réajustement • Changement de cap • Réajuster ses • Plan d'action • Si l'objectif actuel est plus qu'atteint que celui d'un changement	Stabilisation • Contribuer à un changement positif • Il y a autre chose de plus à faire et l'objectif • Communiquer à ses proches ses valeurs

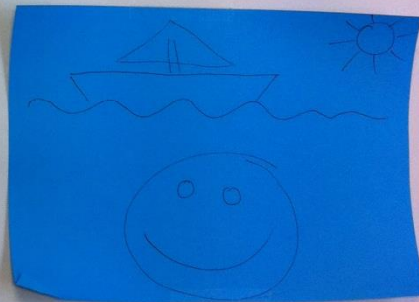
que

Plan d'action • Être actif pour atteindre son objectif • Définir des étapes réalisables • Apprendre à travailler des questions relatives • Prendre en compte l'importance et l'urgence	Plan d'action • Être actif pour atteindre son objectif • Définir des étapes réalisables • Apprendre à travailler des questions relatives • Prendre en compte l'importance et l'urgence
Bien-être et stabilisation • Être capable de s'adapter • Les outils et les ressources • Être capable de travailler • Prendre soin de sa santé	Plan d'action • Être actif pour atteindre son objectif • Définir des étapes réalisables • Apprendre à travailler des questions relatives • Prendre en compte l'importance et l'urgence

à mettre

Différentes choses à mettre
en place pour aller mieux
+ construire une identité positive
→ différent pour tous

"Je suis active, j'éprouve
du plaisir et je vois
le verre à moitié plein!"
😊



- s'informer sur
sa maladie
- retrouver des
plaisirs
- accepter sa
maladie
- s'organiser
(planifier)
- avoir des
autres contacts
(familiaux/amis)
- identifier
un but

Fonctionnement du groupe

- “ Indications: pour personnes sortis de crises aigus et qui désirent reprendre leur vie en main et en améliorer la qualité
- “ En amont de la séance 1: présentation basée sur mon expérience du rétablissement et explications sur la fonction d'un pair praticien
- “ Un classeur qui sert de boîte à outils et outil de travail
- “ Chaque séance reprend les notions élaborées sur le flipchart et la liste des plaisirs est enrichie à chaque séance
- “ Chaque outil est traité en 2 séances et les idées aidantes et non-aidantes sont reprises au fil des séances
- “ Un travail est demandé d'une fois à l'autre (ex: baromètre de l'humeur, réfléchir à une pensée parasite et sa contre-pensée, etc.)
- “ Le feedback des patients de fin de module est pris en compte dans l'évolution du concept
- “ Les personnes peuvent faire plusieurs séances de ce groupe

Les outils

Les participants développent leurs boîte à outils:

- Baromètre de l'humeur
- Plan hebdomadaire en lien avec ses envies et ses buts
- Contre-pensées parasites
- Gestion de stress – exercice de respiration
- Carte réseau
- Directives anticipées

Résultats du groupe

- “ Fréquentation assidue
 - . Les personnes apprécient le fait qu'on y «travaille» et que cela mobilise leurs compétences cognitives
 - . Retour très positif des patients lors de la réunion de fin de semaine
 - . Participants encouragent les autres usagers à participer au groupe
- “ Bonne dynamique groupale et atmosphère détendue
- “ Patients expérimentent des compétences sociales: s'exprimer en groupe, soutenir leurs pairs
- “ Effet secondaire: activité sociale pour certains patients socialement très isolés
 - Possibilité d'accompagner un nombre important de personnes en groupe par le PPSM

Suivis individuels

- “ Une personne souffrant de troubles psychotiques et désocialisée (d’origine suisse-allemande)
 - Suivi sur plusieurs semaines basé sur la méthode «Das Leben wieder in den Griff bekommen» utilisée par les pairs suisse-allemands et basée sur le WRAP
 - Intégration de cette personne dans le groupe rétablissement

- “ Suivis individuels informels et ponctuels avec plusieurs patients

Comment créer la place du PPSM?

- “ Débuts trop ambitieux - ajustement à faire
- “ Être à l’écoute et avoir la volonté d’apprendre
 - Savoir «rencontrer des situations et problématiques similaires»
- “ Ouverture d’esprit et confiance de la part des responsables de l’institution
- “ Place à l’expérimentation et la créativité

Merci pour votre attention

