

# COMPRENDRE LA MALADIE PSYCHIQUE

## *Programme d'information et de rencontres*

### Présentation :

Ce programme de psycho-éducation propose aux patients du pôle de suivre un parcours cadré de 6 semaines à raison d'une session d'une heure trente par semaine, leur permettant de **recevoir et de partager nombre d'informations relatives à la maladie psychique** dont ils sont atteints, à des degrés divers.

**Le parcours suit une progression** visant la connaissance la plus fine possible des troubles psychiques repérables par chacun. Il commence par la découverte du « savoir psychiatrique » constitué jusqu'au partage du « savoir expérientiel », en passant par la rencontre avec le « savoir clinique » des professionnels. C'est ainsi qu'il ménage et fait alterner des temps d'information et des temps de rencontre **pour amener les participants à construire pour eux-mêmes les éléments d'une réflexivité sur leurs difficultés.**

### Participants

Ce programme s'adresse à des **patients suivis en ambulatoire ou en hospitalisation partielle** (hôpital de jour, de nuit, CMP, CATTP, etc.). Il leur permet à la fois de rencontrer des professionnels qui peuvent ne pas être directement en charge de leur suivi et de progresser dans leurs questionnements quant à la nature et l'attention à accorder aux troubles dont ils sont atteints

## Déroulement

L'inscription dans le groupe est validée après un entretien d'évaluation avec l'un ou l'autre des psychologues référents du groupe (entretien physique ou téléphonique) qui s'assure de la bonne indication et de la motivation des patients intéressés..

**L'engagement est pour 7 sessions d'une heure trente chacune,** à raison d'une session par semaine. Le groupe sera composé de 6 patients. Les échanges à l'intérieur du groupe resteront confidentiels. **Les deux psychologues référents du programme seront présents tout le long du parcours et pourront aménager éventuellement la densité et le rythme de chaque séance.**

## Pratiquement

Le groupe se tiendra à l'**Unité de Jour de Psychiatrie de Saint-Germain en Laye** dans une salle suffisamment grande pour accueillir une dizaine de personnes. Un affichage et une information seront disponibles pour les structures des secteurs concernés et pour les consultants. Les patients susceptibles d'être intéressés seront informés de l'existence du groupe par leur psychiatre traitant ou leurs soignants référents. Ils pourront prendre contact directement avec les organisateurs ou par l'intermédiaire de leur soignant.

## Contact

Thierry de Rochemonde -psychologue

Elsa Carvalho -psychologue

Thierry.Delarochettederochemonde@ght-yvelinesnord.fr

01 39 73 90 80

*Déroulé des séances / Contenu principal / Intervenants*

*Sept lundis consécutifs de 15h00 à 16h30*

1	<p>Présentation de chacun des participants, de son parcours en psychiatrie, des souvenirs et de l'actualité des troubles</p> <p>Présentation de ce qu'est l'éducation thérapeutique, sa valeur, ses développements</p>	<p>Echanges libres</p> <p>Supports possibles : plaquettes psycom + video</p>
2 et 3	<p>Qu'est-ce qu'un trouble psychique? Son évaluation? Son impact? Que sont les traitements médicamenteux? Leur modalité d'action? Leurs effets?</p> <p>Définitions – Repères – conséquences (2 séances)</p>	<p><b>2 séances consécutives</b> <b>Intervenant invité:</b> <b>psychiatre</b></p>
4	<p>Qu'est ce que la vie psychique? Quel est l'intérêt des différentes thérapeutiques et des prises en charge qui existent?</p>	<p><b>Intervenant invité:</b> <b>psychologue</b></p>

5	<p>A quoi faut-il être attentif au quotidien?  Dans la vie de tous les jours? Dans la vie relationnelle?  Peut-on prévenir les rechutes</p>	<p><b>Intervenant invité:</b>   <b>infirmier</b></p>
6	<p>Rétablissement ou guérison ?  Quelles sont les voies d'un possible rétablissement?  Témoignage d'un patient rétabli</p>	<p><b>Intervenant invité :</b>   <b>pair-aidant en psychiatrie ( Santé Mentale France)</b></p>
7	<p>Qu'est-ce qui soigne?  Cette séance conclusive aura pour objet de solliciter chez chacun des participants sa réflexion propre sur ce qui, à son avis et au vu de sa propre expérience, le soigne, l'apaise, le sécurise et lui permet de vivre malgré ses troubles</p>	<p>Echanges libres   Conclusion et prise de rendez-vous à distance pour "retour d'expérience".  .</p>