

Les enjeux de la formation Profamille dans un Master universitaire

Membre de PromesseS, Marion Paoli, journaliste chef de projet (Agence Grand Public, Djam, etc.) et chargée d'enseignement, a témoigné de la formation Profamille dans un Master 2 Communication et Multimédia - Université Paris II Panthéon Assas – 2017.

Extrait :

« Au mois d'octobre 2013, j'ai intégré le programme psycho-éducatif Profamille¹, destiné aux familles ayant un proche souffrant de schizophrénie. Je me suis retrouvée dans un groupe constitué de treize personnes, dont deux couples pour un total de 9 mères, 2 sœurs et 2 pères. L'un des couples a abandonné en cours de première année, ce qui a ramené le nombre du groupe à 11 personnes. Le nombre a de l'importance, parce que le programme se répartit sur une première année intensive, à raison de 4 heures de cours tous les 15 jours et de 4 heures minimum de travail personnel supplémentaire à effectuer chez soi et à rendre. C'est une durée de formation incompressible, qui se déroule en plus des horaires de travail et demande un réel investissement.

La deuxième année se base davantage sur des réunions de groupe régulières et des révisions collectives correspondant à des thématiques précises, dont certains membres de la formation sont les rapporteurs. En dehors des apprentissages en présence de professionnels (psychologue, psychiatre, personnel soignant en formation, autre), qui exigent de connaître les causes de la maladie, ses manifestations, son pronostic, les traitements existants, il s'agit de développer des habiletés en communication (écoute réflexive, entretien motivationnel). Des révisions individuelles sont fixées toutes les trois séances environ ; des révisions collectives et des exercices pratiques effectués pendant et en dehors des cours.

L'enjeu de cette formation est essentiel pour des familles confrontées à une maladie extrêmement douloureuse, de part et d'autre. Au-delà, elle apporte une connaissance pratique utile dans de nombreuses situations de la vie personnelle autant que professionnelle : gestion des émotions, de la culpabilité et de l'anxiété, repérage des pensées parasites et estime de soi, capacité à avoir des attentes réalistes, à demander de l'aide efficacement et à se construire un réseau de soutien.

Les exercices réalisés de manière écrite et orale permettent d'acquérir des outils pour reprendre des forces et mieux faire face aux événements, pour mieux communiquer avec le proche ou des personnes souffrant de schizophrénie, ainsi qu'avec les personnels soignants. À cet égard, établir ou rétablir un dialogue avec les professionnels de la santé mentale est fondamental.

J'ai bénéficié de cette formation à titre personnel, j'en tire profit à titre professionnel pour plusieurs raisons. En tant que journaliste pour la pratique de l'écoute réflexive qui m'apparaît essentielle, parce qu'elle favorise la réponse la plus juste possible et la plus proche de la pensée de l'interviewé(e), et en tant que membre d'une entreprise ou d'une équipe parce qu'elle permet d'établir de meilleures relations, voire de les transformer. Il est toujours possible sinon vital de savoir exprimer un point de vue différent. C'est ne pas le faire qui compromet l'équilibre intérieur et l'environnement. Cela ne signifie pas qu'on puisse tout se permettre, ni devenir désagréable, c'est exactement l'inverse.

Cette formation m'a permis également d'approfondir mes connaissances pédagogiques puisque son aspect éducatif rejoint ma pratique de la Gestion Mentale. Certains exercices pratiques m'ont amenée à dépasser des croyances personnelles limitantes. Cela me rend service au quotidien et souvent dans mes rapports professionnels avec les autres. Cela va plus loin qu'un simple acte qu'on accomplit, c'est aussi se mettre en posture de recevoir, quelle que soit la réponse. Le fait d'obtenir un oui à une demande n'est pas l'objectif en soi,

¹ <http://c3rp.fr/profamille/>; Formation suivie au CHU de l'hôpital Sainte-Anne à Paris.

oser poser une question ou aborder une situation que l'on n'a jamais pu envisager est un enseignement profond pour soi-même.

Toute maladie grave a un impact sur le moral et la résistance physique des familles confrontées à la souffrance de leur proche, elle place les familles dans une situation d'infériorité et d'impuissance vis à vis du personnel médical et de ce qui survient. L'acquisition théorique et l'entraînement à la pratique de méthodes de communication respectueuses et efficaces se sont révélés essentiels sur le plan humain. Elles m'ont permis de tenir la distance dans une période particulièrement éprouvante.

En cours de deuxième année, avec d'autres parents ayant suivi la même formation, j'ai participé à la création de l'association PromesseS², destinée à promouvoir le programme Profamille et à œuvrer pour la destigmatisation de la maladie. De manière très concrète, par rapport à un sujet tabou, la formation s'avère un levier puissant pour la prise de conscience et l'action à entreprendre collectivement.

Tout ce qui a été entrepris par les parents s'appuie sur des notions psycho-éducatives et comportementales qui prouvent leur efficacité, parce que quelles que soient les situations endurées, crise, hospitalisation, rechutes, voire malheureusement décès, l'action commune se poursuit. Le partage des informations, l'utilisation des réseaux sociaux sont des éléments décisifs pour cette mobilisation auprès des médias et du public. »

² <http://www.promesses-sz.fr/>