

Schizophrénie : nouveau soutien pour les proches

À partir de septembre, l'hôpital psychiatrique propose un programme psycho-éducatif aux familles de personnes atteintes de schizophrénie. Aide utile pour l'entourage, parfois démuni.

Pourquoi ? Comment ?

Le programme de psycho-éducation Profamille, c'est quoi ?

Un programme national qui s'adresse aux proches de personnes atteintes de schizophrénie ou de troubles apparentés : parents, conjoints, fratrie, enfants...

À partir de septembre, l'établissement public de santé mentale de la Sarthe, à Allonnes, lance ce dispositif, inspiré d'une expérience née au Québec.

On y apprend quoi ?

« On réapprend une façon d'être », résume Caroline Belleflamme, ergothérapeute, qui vise à « donner une information précise et des outils pratiques » aux familles pour les aider à appréhender la maladie, en adoptant le comportement adéquat, au cas par cas : refus de se reconnaître comme malade et de prendre un traitement, agressivité, paresse, anxiété excessive, manque d'organisation, état dépressif...

On y parle des traitements, mais on voit aussi comment soigner son abattement ou sa tristesse, comment demander de l'aide et développer son réseau pour rompre l'isolement : « Ce n'est ni un cours de médecine, ni un groupe de parole, mais une méthode pour apprendre à gérer la communication, les émotions, la frustration, le stress, la culpabilité, développer ses capacités relationnelles... »

Pourquoi l'accent est-il mis sur le stress ?

Les schizophrènes sont sensibles



Élisabeth Boussion, qui aide un proche atteint de schizophrénie, entourée du Dr Fleur Bombera, psychiatre, et de Caroline Belleflamme, ergothérapeute.

aux tensions qui peuvent les entourer. Une étude a montré que le stress dans leur environnement accentuait le taux de rechute. Et donc de réhospitalisation.

D'où l'intérêt, pour les proches, de ne pas transmettre leur stress et de créer ainsi un effet boule de neige. « C'est utile pour les malades comme pour les proches. Tout est lié », résume Caroline Belleflamme.

Comment se déroule le programme ?

« On alterne théorie, pratique et temps de réflexion, avec des

exercices de mise en situation, des jeux de rôle, des techniques de résolution des problèmes. C'est progressif. Entre chaque séance, il y a du travail à réaliser à domicile », indique le Dr Fleur Bombera, psychiatre.

Le programme, qui peut accueillir une douzaine de participants, est porté par une équipe dédiée : psychiatre, ergothérapeute, infirmière, cadre de santé, secrétaire. Le premier module comprend quatorze séances, étalées sur trois mois, le jeudi, de 14 h à 18 h.

Est-ce efficace ?

Une étude indique qu'avec ce programme, le taux de rechute est divisé par quatre la première année, et par deux les années suivantes.

Jérôme LOURDAIS.

Ce jeudi, à 18 h, réunion d'information, maison de quartier Édith-Piaf, rue de l'Estérel, quartier de l'Épau. Inscriptions : tél. 02 43 78 57 18.

Schizophrénie

Maladie psychique chronique, la schizophrénie, qui peut prendre différentes formes, est un terme parfois employé à tort et à travers. Il s'agit d'une forme de psychose : un trouble délirant accompagné d'une perte de contact avec la réalité.

1%

C'est le pourcentage de personnes qui seraient atteintes de schizophrénie au sein de la population.

« Ce programme a changé ma vie »

Témoignage

Élisabeth BouSSION a expérimenté un dispositif similaire, il y a quelques années. Cette femme pleine d'énergie, dont un proche est atteint par la maladie, est ravie de la création d'une équipe dédiée à l'application du programme Profamille en Sarthe.

« Avant, je ne pouvais pas comprendre que les médecins ne posent pas un diagnostic tout de suite. Je n'arrivais pas à prendre de recul.

Au fil du temps, j'ai compris qu'on ne pouvait pas tout attendre de l'hôpital, que la collaboration entre les soignants et la famille est fondamentale et qu'il faut faire un travail sur soi.

Ce travail est difficile, parce que la schizophrénie est une maladie stigmatisée et stigmatisante. Il y a de la surcharge émotionnelle, du surinvestissement ou de la surprotection, de la remise en question.

Parfois, quand on est pris dans le quotidien, la machine s'emballe. Si on arrive avec un trop-plein d'émotion, l'affolement grandit, ça peut mal

tourner.

Bien sûr, il n'y a pas de solution miracle, mais partager cet apprentissage avec d'autres familles a été un immense soulagement. Les explications sont très claires, ça reste assez ludique et il y a une dynamique de groupe. Ça aide à changer son point de vue.

J'ai eu le sentiment de ne plus être dépassée et impuissante face à cette maladie. À l'arrivée, ce programme a changé ma vie. »