

Deux dispositifs novateurs d'accompagnement psychologique : l'éducation thérapeutique à distance et les groupes post-aidance

29 septembre 2023
Journée DLFT

Equipe des psychologues de l'IM²A représentée
par Mathilde PANZER et Camille VOISIN

Contact : groupe.im2a-psl@aphp.fr

Accompagnement des aidants

- Nous proposons aux aidants :
 - De la **psycho-éducation** autour de la gestion des troubles comportementaux de leurs proches et des situations quotidiennes les plus problématiques
 - Du **soutien** dans leur processus personnel de réaménagement psychique lié au deuil blanc
 - De **l'aide** afin de prévenir l'épuisement en s'appuyant sur leurs ressources personnelles
- En présentiel ou à distance

Education thérapeutique

L'éducation thérapeutique vise à aider les patients (et leurs proches) à **acquérir ou maintenir des compétences** pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique.

L'objectif est de les **aider** (ainsi que leurs familles) à comprendre leur maladie et leur traitement, et à **gérer** leur prise en charge dans le but de maintenir et améliorer leur qualité de vie.

HAS, 2007

Education thérapeutique à distance



L'ETP en ligne, projet « Oscare »

- Mise à disposition de nos outils d'éducation thérapeutique aux patients et à leurs proches, sur une plateforme de e-learning (Oscare) afin de faciliter l'accès aux informations
- Accessible gratuitement, de chez vous, 24h/7
- Différentes présentations par une équipe pluridisciplinaire
- Documentation à télécharger

- Un entretien d'inclusion et un entretien d'évaluation après 2 mois du programme est proposé par les psychologues de l'IM2A, sur place ou par téléphone

Education thérapeutique à distance

3 parcours disponibles en fonction du contexte du patient :

- 1. Je me plains de troubles cognitifs** : personnes présentant une plainte cognitive avec un bilan neurologique normal
- 2. J'ai une maladie neuro-évolutive : parcours patients**
 - *Je viens d'être diagnostiqué : quelle prise en charge ?*
 - *Sur quelle ressources puis-je m'appuyer pour faire face ?*



Votre parcours de soins



Participer à un protocole thérapeutique

Education thérapeutique à distance

3. Mon proche est malade : parcours proches aidants

- *Mieux connaître la maladie de mon proche*
- *Faire face aux changements de comportement*
- *Prendre soin de soi*



La gestion des émotions



Le rôle du bilan neuropsychologique

→ Dès que le contenu est mis en ligne (estimé dans 2 mois) nous diffuserons les informations afin que vous puissiez y accéder.

De l'aide à la post-aide



La post-aidance

- Période qui succède à « l'aidance »
- Conséquences
 - qui apparaissent dans la vie des proches aidants
 - quand ils cessent leur rôle auprès de la personne aidée
 - du fait d'un décès ou d'une institutionnalisation

Accompagnement des post-aidants

- A partir du moment où le proche malade est institutionnalisé ou qu'il décède afin de garantir :
 - Une **continuité du lien** entre l'aidant et les équipes médicales
 - Un **facteur de protection et de prévention** de l'épuisement psychique et des troubles anxio-dépressifs
- En individuel ou en groupe

Problématiques communes

Chez les post-aidants :

- **Réorganisation du quotidien** à l'arrêt de l'aide concrète
- **Réaménagement identitaire**
- **Réactivation des processus du deuil** :
 - Deuil du proche s'il est décédé,
 - Deuil du rôle d'aidant,
 - Deuil de la dyade aidant-aidé,
 - Deuil de la dynamique familiale plus globale,
 - Deuil de son rôle dans la société
- **Repenser la relation proche-aidant** autrement qu'à travers une dyade aidant-aidé si le proche est **institutionnalisé**

Différents mouvements émotionnels

- Les post-aidants font souvent face à :
 - un **sentiment de solitude**,
 - une **perte de sens ou de buts**
 - un **vide**, consécutif aux renoncements de la vie professionnelle, sociale, et des loisirs nécessaires pour être disponibles en tant qu'aidants.
- Si le proche malade est institutionnalisé :
 - Ressentis de **colère et de tristesse**
 - Sentiment **d'abandon**
 - **Culpabilité** face à la possibilité de retrouver du temps pour soi et de prendre soin de soi.



Prise en charge groupale

- Programme en groupe
- 8 séances de 2h animées par deux psychologues
- Une quinzaine de post-aidants par groupe



- Ce programme permet aux post-aidants :
 - D'apprendre à s'ancrer dans l'instant présent, pour se dégager d'éventuelles ruminations anxio-dépressives
 - D'adopter une posture d'acceptation face à tous les changements : la mort, leur identité qui évolue, au vide ressenti, etc.
 - D'identifier les valeurs qui font sens pour eux
 - D'agir dans le sens de leurs valeurs

En cours de réflexion ...

- Groupe de parole en perspective, en fonction des besoins des patients du Centre Démences Rares ou Précoces
 - Faciliter le partage d'expérience, partager les stratégies déployées pour faire face, renforcer le réseau entre familles concernées...
- Dépendant des moyens de financement (psychologue animateur/animateur des séances, recrutement et programmation)

Merci à vous pour votre attention !

Contact : groupe.im2a-psl@aphp.fr



Tiphaine
DE CACQUERAY



Anna
METCALFE



Marianne
MOLTO



Mathilde
PANZER



Camille
VOISIN