

Infirmière thérapeute en

Le rôle de l'infirmière en remédiation cognitive est d'accompagner le patient au fil de son programme personnalisé. Cette professionnelle spécialement formée intervient en consultations individuelles ou lors de prises en charge groupales.

Infirmière formée à la remédiation cognitive (RC) (Diplôme universitaire), je travaille au sein du département de réhabilitation psychosociale de la MGEN de Lille (voir encadré). J'interviens à différents moments du parcours de soins du patient souffrant de psychose, ce qui me permet d'appréhender l'ensemble de ses troubles cognitifs, de l'aider à les travailler et d'observer l'évolution clinique. Dans un premier temps et pour que cette prise en charge soit adaptée et personnalisée, plusieurs bilans sont réalisés : neuropsychologique, fonctionnel et éducatif. Je m'occupe pour ma part du bilan fonctionnel qui permet d'identifier les difficultés et les besoins de la personne ainsi que ses ressources.

Nous échangeons ensuite sur ces bilans en réunion de synthèse clinique afin de proposer le projet de soins le plus adapté possible aux plaintes de la personne. Une restitution et une proposition de soins sont alors faites au patient et à ses proches (avec son accord), par les différents acteurs du suivi (médecin psychiatre, neuropsychologue, infirmier de RC, infirmier d'éducation thérapeutique du patient).

LE RÔLE INFIRMIER

Le cœur de mon travail en RC se situe au niveau des prises en charge individuelles

Claire DEGANT

Infirmière thérapeute en remédiation cognitive, ESM MGEN LILLE.

et groupales. Le bilan neuropsychologique est donc très important car il me permet d'une part de préciser les déficits cognitifs et les ressources des patients sur lesquelles m'appuyer et d'autre part, en lien avec le neuropsychologue, de déterminer l'outil le plus adapté à ces soins.

PRISES EN CHARGE INDIVIDUELLES

• **En consultations individuelles**, je travaille essentiellement sur les difficultés d'attention, d'organisation, de planification, de flexibilité et de mémorisation en utilisant des outils validés comme Recos (1) ou la méthode *Cognitive remediation therapy* (CRT) (2). Je reçois le patient pour deux séances hebdomadaires pendant environ trois mois. Chaque semaine, il a également une tâche à domicile à effectuer sur laquelle nous retravaillons en séance. Cette tâche lui permet de transférer dans son quotidien les stratégies évoquées en séance, en lien avec les objectifs fixés par le patient. Je l'aide à trouver les solutions qui lui conviennent, je le soutiens par du renforcement positif et fait en sorte que l'automatisation de ces stratégies perdure à long terme. Après ces trois mois de travail soutenu, je revois le patient en séance de rappel pendant un an afin de conserver le bénéfice du programme (de 2 à 6 fois dans l'année).

• Hélène

Le bilan d'Hélène, qui souffre de schizophrénie, montre des déficits au niveau de l'attention, de l'organisation et de la planification. Elle se plaint de ne plus réussir à lire, et ressent une gêne importante pour confectionner ses repas. Nous choisissons de lui proposer le

programme Recos (1) pour travailler sur ses difficultés. En séance, l'outil va servir de support pour évoquer plusieurs stratégies. Grâce aux tâches à domicile, Hélène les intègre progressivement à son quotidien. Elle commence ainsi à utiliser un agenda pour planifier ses différents rendez-vous, ses travaux ménagers, et surtout les jours où elle doit faire ses courses.

Elle utilise une liste qui l'aide à ne rien oublier lors de ses achats, ce qui contribue au fait qu'elle retrouve le goût de cuisiner (elle anticipe ses repas et dispose de tous les ingrédients nécessaires).

Concernant son envie de se remettre à lire, Hélène décide de commencer par des lectures simples. Elle favorise des moments de calme, propices à la lecture et lit sur de courtes durées. Ces stratégies sont efficaces. En effet, Hélène prend de nouveau plaisir à la lecture et petit à petit augmente le temps qu'elle y consacre tout en restant attentive au récit et en mémorisant l'ensemble des informations. Hélène m'avoue que la remédiation cognitive est arrivée au bon moment et que cela lui a permis de se sentir de nouveau en capacité de faire quelque chose et d'améliorer sa confiance en elle.

TRAVAIL EN GROUPES

• **Les prises en charge groupales** constituent une autre partie de mon activité. En binôme avec un(e) collègue neuropsychologue, nous nous attachons dans ce contexte à travailler sur les cognitions sociales et les difficultés de certains patients à entrer en relation avec autrui.

remédiation cognitive

Nous utilisons pour cela deux outils : TomRemed (3) et *Social Cognition and Interaction Training* (SCIT) (4).

– **L'outil TomRemed** (3) permet de travailler de façon ludique sur la reconnaissance des intentions d'autrui. En effet, une mauvaise compréhension des intentions de l'autre peut générer des malentendus ou des conflits. Une stratégie de travail est mise en place en séance puis le patient doit ensuite rapporter des exemples de sa vie quotidienne pour la transférer, l'automatiser et surtout que cela prenne sens pour lui. La dynamique du groupe est importante et les participants s'entraident.

• Denise

Dans le couloir de son immeuble, Denise, une patiente schizophrène, croise sa voisine qui la salue : « *Bonjour, comment allez-vous ?* » Denise est persuadée que cette dame cherche à savoir si elle a bien rangé son appartement. L'ensemble du groupe propose alors d'autres hypothèses à Denise qui en retient une : sa voisine a simplement voulu prendre de ses nouvelles. Face à cette situation, les ruminations anxieuses de Denise ont diminué, ce qui l'a soulagée.

– **Le programme *Social Cognition and Interaction Training*** (SCIT) (4) va également aider les patients à travailler en groupe sur la reconnaissance des émotions, sur les styles d'attribution et la théorie de l'esprit.

• Karim

Patient diagnostiqué schizophrène, Karim a l'impression que l'on se moque régulièrement de lui dans la rue. Il a ainsi mis en place plusieurs stratégies d'évitement : il porte systématiquement un casque audio, marche rapidement sans regarder autour de lui mais ressent malgré tout de la peur et de la méfiance. Avec l'aide du groupe, nous travaillons sur ce qui pourrait atténuer ces

Les centres de santé mentale MGEN

L'établissement de santé mentale MGEN de Lille accueille toute personne en situation de souffrance psychique, quel que soit son lieu d'habitation et offre des soins en hôpital de jour ou en ambulatoire. Dans le cadre de son département de réhabilitation psychosociale, il propose des soins de remédiation cognitive et trois programmes d'Éducation thérapeutique du patient (ETP) pour les patients souffrant de schizophrénie, de trouble bipolaire ou de dépression résistante. Cette structure met également à disposition du public une Maison des usagers en santé mentale.

Ces centres de santé mentale MGEN sont des établissements de santé privés d'intérêt collectif (Espic). Ils développent une offre complète couvrant l'ensemble du champ de la santé mentale : prévention, dépistage, soins, éducation thérapeutique du patient, réadaptation et réinsertion.

émotions. Nous pensons que le fait de prendre en compte l'environnement en regardant autour de lui pourrait l'aider. Il accepte de mettre en place cette stratégie et parvient à diminuer ses émotions négatives puisqu'il se rend compte que les rires des passants ne lui sont pas adressés.

UN OUTIL D'ESPOIR

La remédiation cognitive permet de mieux comprendre et cibler les difficultés des patients dans leur vie quotidienne. Les techniques et outils mis à disposition des soignants formés à la RC sont essentiels car ils permettent de viser précisément les problèmes cognitifs pour améliorer la réinsertion sociale et/ou professionnelle. Dans les soins de RC le patient reste acteur de sa prise en charge, le soignant le guide et l'encourage mais il ne fait surtout pas à sa place.

La notion de rétablissement, souvent évoquée en réhabilitation, reste centrale. Elle donne espoir aux patients, aux proches mais également aux soignants qui participent ainsi très concrètement à l'amélioration clinique du patient et à sa qualité de vie.

1– *Recos vise à favoriser l'autonomie du patient et améliorer sa qualité de vie, en ciblant 6 domaines : la mémoire verbale, la mémoire de travail, la mémoire et l'attention visuo-spatiale, l'attention sélective, les fonctions exécutives, la vitesse de traitement. En savoir plus : www.programme-recos.ch*

2– *Cognitive remediation therapy (CRT) est une méthode neurocognitive qui permet d'entraîner les fonctions attentionnelles, mnésiques et exécutives. Dite méthode « papier-crayon », elle comprend trois modules d'exercices de complexité graduée. En savoir plus : CRT (Cognitive remediation therapy), chapitre 55 du Traité de réhabilitation psychosociale, sous la direction de N. Franck, Masson, 2018, page 531.*

3– *Le programme de remédiation TomRemed a pour objectif d'améliorer les compétences des personnes souffrant de schizophrénie en théorie de l'esprit, aptitude à prévoir ou à expliquer le comportement d'autrui en lui attribuant des croyances, des souhaits ou des intentions qui diffèrent des nôtres. Il est basé sur un travail autour d'extraits de films. Voir Bazin N Passerieux C, Hardy Baylé MC. (2010) TomRemed : une technique de remédiation cognitive centrée sur la théorie de l'esprit pour les patients schizophrènes. Journal de TCC, 20, 16-21.*

4– *Le programme SCIT, Social Cognition and Interaction Training a pour but d'améliorer la cognition sociale dans la schizophrénie. Le programme SCIT est un programme groupal qui se déroule à raison d'une séance hebdomadaire d'une heure durant environ six mois, qui permet de décliner la cognition sociale, à partir de l'émotion (différents types, attributs faciaux, contexte...), jusqu'aux interactions sociales, en évoquant les biais d'attributions ou pensées automatiques qu'on peut parfois éprouver dans des circonstances d'interaction sociale. Les séances en groupe s'accompagnent de tâches à domicile afin de mettre en application dans la vie quotidienne les principes de ce qui a été envisagé durant une séance.*