

Thérapie psychoéducative

La thérapie psychoéducative vise à informer le patient sur sa maladie, à lui apporter ainsi qu'à sa famille un soutien émotionnel et à lui enseigner des techniques comportementales pour gérer sa maladie.

Un groupe d'experts américains, le groupe Port (1), propose des recommandations dans le traitement bio-psycho-social de la schizophrénie sur la base des données de la littérature scientifique. Voici leurs recommandations concernant les traitements psychologiques indiqués dans la schizophrénie :

■ *Recommandation 22 : « Les psychothérapies individuelles et groupales adhérent à un modèle psychodynamique (définies comme les thérapies qui utilisent l'interprétation de matériel inconscient et qui focalisent sur le transfert et la régression) ne devraient pas être utilisées dans le traitement des personnes souffrant de schizophrénie. »*

■ *Recommandation 23 : « Les thérapies individuelles ou de groupes qui utilisent une combinaison bien définie d'approches comme le soutien, l'éducation et l'entraînement des habiletés cognitives et comportementales visant des déficits spécifiques devraient être offertes dans le temps pour améliorer le fonctionnement et d'autres problèmes ciblés comme l'observance médicamenteuse. »*

Il nous faut bien sûr nuancer la recommandation 22, émanant d'experts américains. Elle ne tient pas compte de tout ce que la psychothérapie institutionnelle a pu apporter de positif dans l'approche des patients schizophrènes ni des aménagements que bon nombre de thérapeutes d'orientation psychodynamique ont introduit dans leur méthode pour éviter d'accroître chez ces patients, à la structure psychique fragile, la déstructuration et le désinvestissement par rapport à la réalité.

Il n'empêche que, dans le traitement psychologique de la schizophrénie, en plus du soutien émotionnel apporté par le thérapeute dans le travail de reconnaissance et d'acceptation de la maladie, deux autres dimensions doivent nécessairement être prises en compte : l'éducation sur la maladie elle-même et l'apprentissage de la gestion de celle-ci par l'acquisition notamment d'habiletés pouvant compenser les déficiences liées à cette maladie.

La thérapie psychoéducative est un processus étalé dans le temps qui s'articule autour de trois aspects essentiels :

- l'aspect pédagogique, qui se rapporte à la présentation d'informations sur la nature de la maladie et ses conséquences sur le patient et les membres de sa famille ;
- l'aspect psychologique, c'est-à-dire le soutien émotionnel pour permettre au patient et à son entourage d'aborder des problèmes tels que la révélation du diagnostic, le fardeau émotionnel, la confrontation aux pertes imposées par la maladie ;
- l'aspect comportemental, qui a trait à l'enseignement d'habiletés de gestion de la maladie et du stress et au recours à des stratégies de modification du comportement.

Comme les autres psychothérapies, la thérapie psychoéducative encourage l'expression des affects, mais elle privilégie surtout la maîtrise cognitive et une forme de contrôle inspirée des techniques cognitivo-comportementales. Elle se fonde sur une alliance thérapeutique sous la forme d'un partenariat entre le patient, ses proches et les membres de l'équipe thérapeutique. Le but est d'amener progressivement le patient et sa famille d'un sentiment d'impuissance et d'une attitude de passivité ou de révolte face à la maladie à une position de collaboration active à travers une vision plus réaliste de la maladie, des moyens d'y faire face au quotidien, des possibilités de traitement et des perspectives d'avenir.

● **Guy M. Deleu,**

psychiatre, programmes de jour, Socrate-Réhabilitation, hôpital Vincent Van Gogh, ISPPC, Charleroi (Belgique).

1 – Le groupe Port (Schizophrenia Patient Outcomes Research Teams) a formulé des recommandations pour le traitement pharmacologique et psychosocial de la schizophrénie, publiées dans Schizophrenia Bulletin, 1998, vol. 24, n° 1, pp 1-10, et traduites en français dans Rehab Infoweb (rehab-infoweb.net).

Thérapie psychoéducative

Détailler les bases théoriques de la thérapie psychoéducative (théorie comportementale, thérapie cognitivo-comportementale, pédagogie, modèles de la psychologie sociale et du concept de maladie, apprentissage social, concept d'émotion exprimée), en définir les indications, décrire ses modalités d'application (principes pédagogiques, révélation du diagnostic, restructuration cognitive, travail de deuil, entraînement aux habiletés sociales, démarches de résolutions de problèmes, approche individuelle ou de groupe du patient, approches familiales...) et finalement donner les résultats des études de validation de cette approche, tel est le contenu du chapitre 52 « Thérapie psychoéducative », écrit par Guy Deleu et Pierre Lalonde dans *Psychiatrie clinique, une approche bio-psycho-sociale* tome II. Ce chapitre est sans doute le premier texte original en français proposant une synthèse cohérente des différentes dimensions du traitement psychologique actuellement recommandé dans la schizophrénie dans une perspective bio-psycho-sociale.

Guy Deleu et Pierre Lalonde

■ *Psychiatrie clinique, une approche bio-psycho-sociale, Gaëtan Morin Éditeur, Montréal.*

Tome I : Introduction et syndromes cliniques, déjà paru en 2000.

Tome II : Spécialités, traitements, sciences fondamentales et sujets d'intérêt, à paraître mai 2001.