

La prise en charge de la santé mentale constitue en Bretagne un véritable enjeu de santé publique. C'est dans ce contexte que le Pôle Régional de Ressources en Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) a réuni les acteurs de l'ETP de la région Bretagne pour mener une réflexion sur l'ETP en Santé Mentale. Les membres de ce groupe sont des représentants des professionnels libéraux et hospitaliers et des usagers.

Afin de promouvoir l'ETP en santé mentale auprès des professionnels du secteur sanitaire, médico-social et social, des usagers et représentants d'usagers, le groupe a élaboré ce document ayant pour objectifs de :

- Diffuser la culture de l'ETP en santé mentale
- Sensibiliser les professionnels aux points de vigilance dans une démarche d'ETP en Santé Mentale
- Communiquer sur les programmes d'ETP et les pratiques
- Valoriser les pratiques en cours qui pourraient s'inscrire dans de l'ETP

Définition de l'ETP

Pratiquée en France depuis de nombreuses années, l'ETP est promue dans le parcours de soins du patient par la Loi Hôpital Patient Santé Territoire du 21 juillet 2009.

Selon l'Organisation Mondiale de Santé, « l'éducation thérapeutique du patient vise à aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique. »¹

Pour qu'un programme d'ETP soit autorisé par l'Agence Régionale de Santé, la démarche doit être structurée en 4 étapes :

- Un bilan éducatif partagé²
- Un programme personnalisé
- Des séances individuelles ou collectives
- Une évaluation des compétences acquises

L'objectif général d'un programme d'ETP est de maintenir ou d'améliorer la qualité de vie du patient atteint de maladie chronique. Il vise ainsi à :

- Aider le patient à acquérir ou maintenir les **compétences d'auto-soins** (ou de mise en sécurité) pour gérer au mieux sa maladie
- Aider le patient à acquérir ou maintenir les **compétences d'adaptation**³ (ou compétences psychosociales) pour gérer au mieux sa maladie
- **Favoriser la collaboration patient/soignant/entourage, favoriser l'alliance thérapeutique**

1- Rapport de l'OMS-Europe, publié en 1996, Therapeutic Patient Education – Continuing Education Programmes for Health Care Providers in the field of Chronic Disease, traduit en français en 1998, https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/etp_-_definition_finalites_-_recommandations_juin_2007.pdf, consultée le 17.03.2017

2- Le Bilan éducatif partagé consiste selon Brigitte SANDRIN-BERTHON, pour « chaque patient à explorer ce qui lui donne ou non envie de prendre soin de lui-même, ce qu'il fait déjà pour cela, ce qu'il voudrait faire mais ne parvient pas à faire, les ressources dont il dispose et les moyens qu'il pourrait utiliser. Il s'agit ensuite de « bricoler » ensemble (soignant et patient) des solutions adaptées, acceptables par chacun ». Diagnostic éducatif ou bilan éducatif partagé ?, in Médecine des maladies Métaboliques- Février 2010- Vol. 4- N°1, URL : http://www.nice.cngc.fr/IMG/pdf/Diag_educatif_ou_BEP.pdf, consultée le 04.01.2017

3- « Les compétences d'adaptation sont des compétences personnelles et interpersonnelles, cognitives et physiques qui permettent aux personnes de maîtriser et de diriger leur existence, et d'acquérir la capacité à vivre dans leur environnement et à modifier celui-ci. Elles font partie d'un ensemble plus large de compétences psychosociales », Éducation thérapeutique du patient Comment la proposer et la réaliser ?, Haute Autorité de Santé, juin 2007, URL : http://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/etp_-_comment_la_proposer_et_la_realiser_-_recommandations_juin_2007.pdf, consultée le 04.01.2017

En Bretagne, le nombre de programmes en éducation thérapeutique en santé mentale ne cesse de progresser. Le groupe de travail s'est attaché à mettre en lumière les points de vigilances à prendre en considération dans une démarche d'ETP en Santé Mentale, ainsi qu'à identifier et analyser les programmes d'ETP autorisés par l'ARS et les activités thérapeutiques à visée éducative.

Démarche d'ETP et points de vigilance en santé mentale

Les éléments mentionnés ci-dessous sont des extraits de la réflexion du groupe de travail ETP et santé mentale à un moment donné. Ces éléments sont amenés à être discutés et peuvent évoluer. Ils ont pour objectif, non d'être des éléments de connaissance formalisée, mais de servir de base à une réflexion sur l'ETP en santé mentale.

Caractéristiques de la démarche d'ETP ⁴	Points de vigilance de l'ETP en Santé mentale ⁵
Une relation soignant-soigné équilibrée et complémentaire	La relation soignant-soigné est particulière, notamment de part : la notion de dépendance du patient au soignant, la possibilité d'opposition du patient ou encore la notion de crise
Une démarche centrée sur la communication et le partage d'information	La pathologie peut altérer les capacités du patient à entrer en relation avec autrui, à communiquer, à formuler ses pensées. Cela nécessite donc d'être très clair, en particulier sur la durée du programme (début et fin)
Une démarche qui vise à développer et renforcer les compétences du patient	Les pathologies psychiatriques peuvent avoir pour symptômes des troubles de concentration, de mémorisation et/ou du raisonnement qui peuvent nécessiter des temps d'apprentissage plus long
Une évaluation régulière de la situation avec le patient	Il existe une temporalité différente : les fenêtres d'évaluation peuvent être plus longues en santé mentale
Une démarche qui vise à rendre le patient plus autonome dans son quotidien, patient « libre-arbitre »	L'autonomisation du patient peut être altérée par l'hospitalisation sous contrainte ou encore par le déni de la maladie. Le déni n'est pas un obstacle à l'inclusion dans un programme d'ETP. En cas de déni, l'équipe soit composera avec, soit trouvera une autre approche avec l'aide de l'entourage et/ou de patients pairs aidants. Elle doit être travaillée en tenant compte du rôle protecteur que l'institution peut jouer pour le patient face à un environnement social stigmatisant et stressant
Une démarche qui vise à maintenir ou améliorer la qualité de vie du patient	Travailler sur la qualité de vie c'est prendre en compte le poids du diagnostic, le regard des autres (stigmatisation et mise à l'écart), le ressenti de culpabilité du patient vis-à-vis de sa pathologie. C'est également prendre en compte l'importance de l'entourage et l'associer à la démarche
Une démarche qui vise à aider le patient à maintenir dans la durée les compétences acquises	Le maintien des acquis dépend de différents facteurs : déni de la maladie, projection sur l'autre, influence de l'entourage, addictions et comorbidités toxiques associées...

 [Pour plus d'information : Annexe 1](#)

4- Partie inspirée du document : « Démarche centrée sur le patient – Information, conseil, éducation thérapeutique, suivi » - Haute Autorité de Santé, mai 2015, URL : http://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2015-06/demarche_centree_patient_web.pdf, consultée le 26.01.2017

5- Partie issue de la réflexion menée par le groupe de travail « ETP et santé mentale ».

Au moment de l'élaboration de ce document, fin 2016, 10 programmes d'ETP en santé mentale se déroulent sur la Bretagne (3 sur le 22 ; 3 sur le 29 ; 4 sur le 35. 7 ont lieu dans des hôpitaux (dont dans des Centres Médico-Psychologiques), et 4 en clinique.

Certains programmes portent sur des thématiques ciblées, comme par exemple sur le médicament, la nutrition ou les émotions:

- « Psychiatrie : L'atelier du médicament –démarche en ETP centrée sur les médicaments psychotropes »- Fondation Bon Sauveur (22)
- « Nutrition chez des patients sous traitement psy : Nutrition / activités physiques adaptées et traitement en psychiatrie »- Hospitalité Saint Thomas de Villeneuve, Polyclinique Saint Laurent (35)
- « Émois, et moi »- CHGR (35)

Les autres programmes portent sur la connaissance de la maladie, les habiletés sociales, la capacité à se prendre en charge, la psychoéducation... :

- Psychiatrie en santé mentale : groupe de psychoéducation destiné aux patients atteints de troubles dépressifs récurrents et/ou chroniques et à leurs familles- Clinique du Val Josselin (22)
- « Psychiatrie : habileté sociale »- Fondation Bon Sauveur (22)
- « Troubles psychotiques : Conscience des troubles et qualité de vie chez le patient souffrant de troubles psychotiques » - CHRU (29)
- « Troubles envahissants du développement – autisme : Connaitre, comprendre et gérer les troubles autistiques » - CHGR (35)
- « Partageons nos savoirs »- CHGR (35)
- « Psychiatrie en santé mentale : Psycho éducation »- S.A. Clinique de Pen-An-Dalar, Clinique Guipavas (29)
- « Psychiatrie et santé mentale : Groupe de psychoéducation destiné aux patients atteints de troubles bipolaires et à leurs familles »- SAS CLINEA Clinique Kerfriden (29)

Quatre des programmes cités ci-dessus associent les familles.

Les ateliers proposés dans ces programmes d'ETP

De 3 à 15 ateliers sont proposés aux personnes concernées en fonction des programmes.

Nous vous proposons ci-dessous quelques illustrations d'ateliers, classées en fonction de l'objectif de l'ETP auxquels ils répondent.

En amont ou en aval du programme sont parfois proposés des ateliers de remédiation cognitive. En effet, ils permettent de travailler les capacités de concentration et de mémorisation qui sont indispensables à l'acquisition de compétences par le patient.

◆ **Objectif 1** : Aider le patient à acquérir ou maintenir les compétences d'auto-soins (ou de mise en sécurité) pour gérer au mieux sa maladie

L'atelier « **je gère ma dépression et mes médicaments** » va permettre au patient de comprendre le lien entre les symptômes et la maladie, et de mieux connaître son traitement et les effets indésirables qui y sont associés.

Les ateliers « connaître la maladie », « équilibre diététique », « sport et alimentation », « médicament » ainsi que les groupes familles vont permettre au patient et à sa famille de répondre aux questions qu'ils se posent sur ces thèmes.

◆ **Objectif 2** : Aider le patient à acquérir ou maintenir les compétences d'adaptation (ou compétences psychosociales) pour gérer au mieux sa maladie

Un atelier développement des compétences psychosociales va permettre au patient d'identifier les émotions de base (joie, colère, peur, tristesse), à les comprendre pour mieux les gérer, mais également à repérer celles des autres.

Les ateliers « argent, occupation, présentation et communication » l'aide aussi à développer des compétences sociales et relationnelles.

Un atelier culinothérapie va renforcer les compétences du patient en cuisine, et peut restaurer sa confiance dans ses capacités nécessaires à la vie quotidienne. Un atelier jardin lui permet de renouer avec l'environnement et la nature. Etc...

Les **ateliers de résolution de problèmes** (et/ou de psychoéducation) lui permettent de développer des stratégies d'adaptation lui permettant de faire face aux événements de vie.

◆ **Objectif 3** : Favoriser la collaboration patient/soignant/entourage

Les ateliers thérapeutiques (culinothérapie, jardin...) offrent aux patients la possibilité d'être en relation dans un cadre qui n'est pas le soin, mais qui reste protégé. Ils permettent également aux soignants de développer des relations autres avec le patient, favorisant l'alliance thérapeutique. **L'atelier d'information sur la maladie** permet au patient et ses proches de mieux comprendre la pathologie et favorise le lien patient-proches-soignants. **L'atelier droit du patient aide** le patient et sa famille à mieux connaître leurs droits, et ainsi à se positionner en réels interlocuteurs dans la relation avec les soignants.



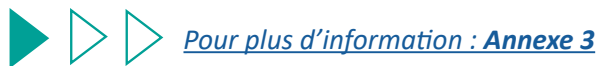
Les activités éducatives à visée thérapeutique

De nombreuses activités thérapeutiques sont aujourd'hui proposées aux patients du secteur de la santé mentale en Bretagne. Bien que proches de l'ETP, et rejoignant bien souvent ses objectifs, ces activités ne peuvent être qualifiées d'ETP. Elles ne sont en effet pas structurées selon les 4 étapes de la démarche éducative requises par la Haute Autorité de Santé, à savoir :

- Un bilan éducatif partagé, qui permet de mieux connaître le patient, mais également d'identifier ses besoins, ses attentes et ses ressources
- Un programme personnalisé, qui permet de formuler avec le patient les compétences à maintenir ou à acquérir selon son projet et la stratégie thérapeutique
- Des séances individuelles et/ou collectives d'ETP, afin de développer des compétences d'autosoins et d'adaptation
- Une évaluation des compétences acquises pour mettre en valeur les transformations intervenues chez le patient, actualiser le diagnostic éducatif et partager les informations avec les autres soignants

Ces différentes étapes sont garantes d'un parcours personnalisé, s'appuyant sur les besoins et attentes des patients, et veillent à assurer cohérence et coordination des acteurs impliqués dans la prise en charge.

La mise en œuvre d'un programme d'ETP constitue donc une plus-value dans l'accompagnement du patient, que ce soit pour le patient ou pour l'équipe.



Si vous souhaitez avoir accès à des ressources pédagogiques, formaliser vos pratiques en ETP ou mettre en place un programme, les plateformes ETP de votre département ou le Pôle Régional de Ressources en ETP Bretagne peuvent vous accompagner, gratuitement :

- **Territoire de Lorient-Quimperlé** : plateforme ETP - coordination@appui-etp-breizht3.fr
- **Territoire de Vannes-Ploërmel-Malestroit** : Plateforme ETP- coordinationetp@gmail.com
- **Territoire de Dinan-Saint Briec-Guingamp-Lannion-Loudéac** : Pôle Régional de Ressources en ETP
lydie.gavard-vetel@irepsbretagne.fr
- **Territoire de Pontivy** : Pôle Régional de Ressources en ETP - cathy.bourhis@irepsbretagne.fr
- **Territoire de Rennes-Fougères-Vitré-Redon-Saint-Malo** : Pôle Régional de Ressources en ETP
amelie.chantraine@irepsbretagne.fr
- **Territoire de Brest-Morlaix-Carhaix-Quimper-Douarnenez-Pont l'abbé** : Plateforme ETP 29
plateforme@etp29.fr

