Aide aux aidants

Les proches ont un rôle essentiel dans le soutien des personnes atteintes de troubles psychiatriques. Ce soutien peut cependant engendrer un fardeau et une détresse considérables. Des interventions psychoéducatives ont été développées afin d'accompagner les proches.



La psychoéducation est une intervention thérapeutique qui vise à informer les patients et leurs proches sur les différents aspects du trouble psychiatrique. L'objectif est de :

- promouvoir les capacités pour y faire face,
- favoriser l'autonomie,
- et faciliter l'élaboration de stratégies personnalisées.

La psychoéducation des aidants présente un double bénéfice :

- pour les aidants eux-mêmes, car elle est associée à une réduction du stress et de la dépression ;
- pour les personnes vivant avec un trouble psychique, car la participation d'un aidant à ce type de programme permet de réduire le risque de rechute et de ré-hospitalisation de son proche, et a donc un impact déterminant sur l'évolution favorable de la maladie et sur le rétablissement.

C'est l'intervention la plus efficace après les traitements médicamenteux.

Les patients dont les proches ont bénéficié d'interventions familiales sont les moins concernés par le suicide, les symptômes négatifs et la consommation de toxiques.

Du point de vue des familles, à court terme, l'aide aux aidants est associée à un meilleur vécu des soins ; à plus long terme, elle s'accompagne d'un meilleur recours aux ressources disponibles ainsi qu'à un meilleur fonctionnement familial.

Cette prise de conscience a conduit au **développement de soins spécifiques à destination des aidants.**



BREF

BREF est un programme de psychoéducation :

- court : composé en 3 séances d'une heure chacune, animées par 2 professionnels (Infirmiers/Psychologue/Interne) et par des bénévoles d'association de familles, et d'un suivi post-programme à 3 mois ;
- accessible à toute personne accompagnant un proche suivi en psychiatrie quelle que soit la durée d'évolution des troubles ou le diagnostic (même si le diagnostic n'est pas encore formulé) ;
- accueillant tous les membres d'une seule et même famille en l'absence de leur proche, ce qui permet d'apporter des réponses individualisées à chaque situation ;
- conçu pour orienter et connecter les aidants aux ressources dont ils peuvent bénéficier.

Les objectifs de ce programme sont de motiver les aidants à se faire aider, d'informer sur la maladie, les traitements et les dispositifs existants, de développer l'alliance thérapeutique et d'individualiser l'accueil des familles. Récemment, une étude préliminaire sur le programme a montré que la symptomatologie dépressive des familles diminuait après le programme BREF.

Consulter le programme de psychoéducation

PROFAMILLE

ProFamille est un programme psychoéducatif structuré, destiné aux proches d'une personne souffrant de schizophrénie. Il s'agit d'un véritable programme de formation des familles qui les entraine à apporter une aide plus précise et plus ajustée à la maladie de leur proche. La mise en œuvre pratique du programme repose sur deux étapes :

- d'abord une information concernant les troubles, les symptômes et leur prise en charge ;
- ensuite l'apprentissage de techniques pour mieux faire face aux situations difficiles par la gestion du stress, le renforcement des habiletés et compétences sociales ainsi que l'entrainement à la résolution de problèmes ou des situations rencontrées concrètement et au jour le jour.

Les objectifs sont d'améliorer le confort personnel des familles et d'améliorer l'aide qu'elles peuvent apporter au malade.

Profamille demande un investissement en temps important sur la durée : le programme s'étale ainsi sur deux ans, avec 14 séances de 4 heures et des exercices à faire entre les séances la première année.

Une réunion d'information/inscription se tiendra le jeudi 6 octobre à 18h à l'hôpital d'Argenteuil (point de rendez-vous au 1er étage du batiment Ferenczi). La présence des personnes qui souhaiteraient participer au programme est obligatoire.

Pour ceux qui souhaiteraient s'inscrire, les intéressés doivent envoyer un mail à : profamille95@ch-argenteuil.fr

https://www.youtube.com/watch?v=BHi57FKkbrM
Consulter le programme psychoéducatif





Des formations pour soutenir l’entourage familial avec l’UNAFAM

L’UNion NAtionale des FAMilles et des amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM) propose à l’entourage familial (mères et pères, conjoints, sœurs et frères, filles et fils) une offre de formation riche et variée à suivre en fonction de vos attentes personnelles, en présentiel ou en ligne : atelier d’entraide, journées d’information sur différents troubles psychiques.

Formation pour soutenir l'entourage familial

Contact

Programme BREF

Hôpital d'Eaubonne-Montmorency

Tel. 06 07 19 50 17 du lundi au vendredi de 10h à 16h. N’hésitez pas à laisser un message.

bref.chsv@ch-simoneveil.fr

Programme PROFAMILLE

Hôpital d'Argenteuil

profamille95@ch-argenteuil.fr

UNAFAM

165 Rue de Paris, 95680 Montlignon

Tél. 01 34 16 70 79

https://www.unafam.org/val-doise

Documents
Flyer Profamille
Flyer BREF