

# Table des matières

Liste des auteurs	3
Les auteurs	7
Préface	11
Psychoéducation et éducation thérapeutique	13
1. Psychoéducation	13
1.1. Historique	13
1.2. Psychoéducation et rétablissement	16
2. Éducation thérapeutique (ETP)	17
3. Perspectives	18
Bibliographie	19

Les étapes de l'ETP et le diagnostic éducatif	20
1. Le cadre réglementaire français de l'ETP : avantages et risques	20
1.1. La structuration des programmes d'ETP selon la HAS : quatre étapes	20
1.2. Un paradoxe : la politique dans la clinique ?	21
1.3. La relation éducative dans le soin	22
2. Le diagnostic éducatif ou le bilan éducatif partagé ?	22
3. Le bilan éducatif initial : une étape indispensable	23
3.1. La posture soignante et le « bricolage relationnel » favorisant la rencontre éducative	23
3.2. Le récit biographique dans le bilan éducatif	24
4. Le diagnostic (ou bilan) éducatif en pratique	24
4.1. Qui ?	24
4.2. Quand ?	25
4.3. Dans quel but ?	25
4.4. Comment ?	25
4.5. Un outil : le livret éducatif du patient	26

Annexe 1	Livret ETP du patient • Guide pour préparer le diagnostic éducatif	27
----------	--	----

<b>Les outils d'animation en ETP</b>	<b>31</b>
<b>1. Introduction</b>	<b>31</b>
<b>2. Pourquoi utiliser des outils éducatifs ?</b>	<b>31</b>
<b>3. Quand et comment les choisir ?</b>	<b>32</b>
<b>4. Comment se les procurer ?</b>	<b>33</b>
<b>5. Recommandations d'utilisation</b>	<b>34</b>
<b>6. En pratique comment fait-on pour intégrer les outils dans son programme ?</b>	<b>34</b>
<b>7. Quelques exemples d'outils par techniques d'animation</b>	<b>35</b>
7.1. Techniques d'animation pouvant être utilisées pour favoriser une participation individuelle	35
7.1.1. La fleur	35
7.1.2. Le remue-méninges ou brainstorming	36
7.1.3. Photoexpression	36
7.1.4. Collage expression	37
7.1.5. L'arbre à problème	38
7.2. Techniques d'animation pouvant être utilisées pour favoriser une participation collective	39
7.2.1. Présentation croisée	39
7.2.2. Portrait chinois	39
7.2.3. La technique de Delphes	40
7.2.4. L'échelle du temps	41
7.2.5. Jeu de rôle, mise en situation	42
7.2.6. Le blason des idées	43
7.2.7. Le tribunal ou mini procès	44
7.2.8. La météo du jour	44
7.2.9. Les post-it (ou les petits papiers)	45
<b>8. Conclusion</b>	<b>45</b>
<b>Bibliographie</b>	<b>45</b>

## **La validation et l'évaluation de programme ETP en psychiatrie** **46**

<b>1. La validation de programme d'ETP</b>	<b>46</b>
1.1. Rappel du contexte législatif	46
1.2. De façon pratique, comment se lancer dans la création d'un programme ETP ?	47
1.2.1. L'équipe	47
1.2.2. Le programme	47
1.2.3. La coordination entre professionnels de santé	48
1.2.4. Confidentialité et déontologie	48
1.2.5. Évaluation	48
1.3. Dépôt de la demande d'autorisation du programme à l'ARS	48

<b>2.</b>	<b>Exemple de dossier projet pour écriture et demande de validation du programme auprès de l'ARS.....</b>	<b>49</b>
2.1.	Introduction .....	49
2.2.	Présentation succincte du programme (annexe 4) .....	49
2.2.1.	Contexte.....	49
2.2.2.	Objectif global du programme .....	49
2.2.3.	Démarche interdisciplinaire.....	49
2.2.4.	Les besoins spécifiques des patients.....	50
2.2.5.	Présentation générale du programme .....	50
2.3.	Premières étapes .....	51
2.3.1.	Le bilan éducatif partagé (BEP) : annexe 1 .....	51
2.3.2.	Score EPICES : annexe 2.....	52
2.3.3.	Outils d'auto-évaluation .....	52
2.3.4.	Ce programme se décline en... ateliers : annexe 3 .....	52
2.3.5.	Évaluation finale.....	52
2.3.6.	Documents à joindre .....	53
<b>3.</b>	<b>Les structures aidantes au processus de projet de création de programme ETP (selon les territoires) .....</b>	<b>53</b>
<b>4.</b>	<b>L'évaluation de programme d'ETP .....</b>	<b>53</b>
4.1.	L'évaluation annuelle du programme.....	53
4.2.	Suivi annuel de programme ETP : campagne de financement ARS .....	54
4.3.	L'évaluation quadriennale du programme.....	54

Annexe 1	<b>Bilan Éducatif Partagé • Programme « Nom du programme » .....</b>	<b>56</b>
Annexe 2	<b>Score EPICES • Évaluation de la Précarité et des Inégalités de santé dans les Centres d'Examens de Santé.....</b>	<b>59</b>
Annexe 3	<b>Séances et Objectifs par Module ETP.....</b>	<b>61</b>
Annexe 4	<b>Synthèse de la présentation du programme ETP « nom » .....</b>	<b>62</b>
Annexe 5	<b>Règles de fonctionnement et consentement du patient • Document d'information à destination du patient .....</b>	<b>63</b>
Annexe 6	<b>Signature : Soignant/Patient • Charte d'engagement de confidentialité des soignants.....</b>	<b>64</b>
Annexe 7	<b>Signature : tous les animateurs du programme.....</b>	<b>65</b>

**Objectifs, intérêt et impact des programmes d'ETP dans le trouble du spectre de la schizophrénie** **68**

- 1. Définition, spécificités et objectifs des programmes d'ETP dans le trouble du spectre de la schizophrénie** ..... **69**
  - 1.1. Définitions..... 69
  - 1.2. Spécificités de l'ETP dans la pathologie schizophrénie ..... 70
  - 1.3. Objectifs des programmes d'ETP dans le trouble du spectre de la schizophrénie ..... 71
- 2. Impact et efficacité des programmes d'ETP pour les sujets souffrant de trouble du spectre de la schizophrénie et leurs proches aidants** ..... **72**
  - 2.1. Impact et efficacité des programmes d'ETP pour les personnes souffrant de trouble du spectre de la schizophrénie..... 73
  - 2.2. Impact et efficacité des programmes d'ETP pour les proches aidants de personnes souffrant de trouble du spectre de la schizophrénie ..... 74
- 3. Conclusion** ..... **76**

**Bibliographie** **77**

**Programme individuel : « Mieux vivre avec la schizophrénie ». ETP à destination des patients souffrant d'un trouble du spectre de la schizophrénie ou schizo-affectif** **79**

- 1. Public cible** ..... **79**
- 2. Programme réalisé en individuel**..... **79**
- 3. Objectifs généraux** ..... **80**
- 4. Critères de participation au programme**..... **80**
- 5. Déroulement du programme** ..... **81**
- 6. Description et objectifs de chacune des séances**..... **82**

Annexe 1	<b>Bilan éducatif partagé</b> .....	<b>85</b>
	<i>Je personnalise mon programme avec un professionnel de santé</i> .....	<b>89</b>
Annexe 2	<b>Séance 1 • Caractéristiques du trouble du spectre de la schizophrénie</b> .....	<b>90</b>
Annexe 3	<b>Séance 2 • Les symptômes</b> .....	<b>93</b>
Annexe 4	<b>Séance 3 • Le traitement et son intérêt</b> .....	<b>95</b>
Annexe 5	<b>Exemple de fiche traitement • LEPONEX®/CLOZAPINE</b> .....	<b>98</b>
Annexe 6	<b>Séance 4 • Les répercussions sociales de la maladie</b> .....	<b>101</b>
Annexe 7	<b>Séance 5 • La prévention des rechutes et les conseils d'hygiène de vie</b> .....	<b>104</b>
Annexe 8	<b>Séance 6 • La prévention de la prise de poids</b> .....	<b>107</b>
Annexe 9	<b>Séance bilan</b> .....	<b>111</b>

<b>Programme individuel : SCHIZ'EDUC. Un programme d'éducation thérapeutique destiné aux personnes souffrant de trouble du spectre de la schizophrénie</b>	<b>113</b>
1. Introduction .....	113
2. Public concerné et critères de participation .....	114
3. Objectifs généraux et spécifiques .....	115
4. Déroulement du programme .....	115
4.1. Premier module .....	115
4.2. Deuxième module .....	115
4.3. Troisième module .....	116
5. Témoignage de Mme B., patiente ressource.....	116
5.1. Conclusion.....	118
<b>Annexe 1 Bilan éducatif .....</b>	<b>119</b>
<b>Annexe 2 Représentation de la maladie.....</b>	<b>122</b>

<b>Programme individuel : ARSIMED. Programme d'éducation thérapeutique du patient portant sur le trouble du spectre de la schizophrénie</b>	<b>124</b>
1. Public cible .....	125
2. Objectif du programme .....	125
3. Programme individuel ou de groupe ?.....	125
4. Critères de participation au programme.....	125
5. Critères de non-inclusion .....	126
6. Animation.....	126
7. Déroulement du programme .....	127
7.1. Organisation des modules .....	127
7.2. Module patient : « Je reconnais ma maladie » .....	128
7.3. Module patient : « Je prends un traitement psy ».....	128
7.4. Module aidant : « Aider celui qu'on aime » .....	129
8. Points forts et limites .....	129
<b>Annexe 1 .....</b>	<b>131</b>
<b>Annexe 2 .....</b>	<b>133</b>
<b>Annexe 3 .....</b>	<b>134</b>

**Programme de groupe : « Psychoéducation et Rétablissement ».**  
**Vers la reconnaissance et le partage des savoirs expérientiels** **135**

<b>1.</b>	<b>Introduction</b> .....	<b>135</b>
<b>2.</b>	<b>Objectifs</b> .....	<b>135</b>
<b>3.</b>	<b>Contexte de mise en œuvre du programme</b> <b>« Psychoéducation et Rétablissement »</b> .....	<b>136</b>
<b>4.</b>	<b>Le programme ETP « Psychoéducation &amp; Rétablissement »</b> .....	<b>137</b>
4.1.	L'apport du médiateur de santé pair (MSP) .....	139
4.2.	Rôle du MSP dans un groupe d'ETP .....	139
<b>5.</b>	<b>Déroulement du programme Psychoéducation et Rétablissement,</b> <b>pour les troubles psychiques</b> .....	<b>141</b>
5.1.	Le Bilan éducatif partagé (BEP).....	141
5.2.	Les principaux outils d'un programme d'ETP en santé mentale.....	142
5.3.	Les outils pour un travail de reconnaissance et d'acceptation de la maladie....	142
5.3.1.	Comprendre la maladie : les modèles biomédicaux des troubles .....	143
5.3.2.	Faire face à la maladie : des outils transversaux pour une gestion renforcée du stress .....	146
5.3.3.	Des techniques pour un renforcement du sens de l'efficacité personnelle perçue .....	147
5.3.4.	Réduire le risque de rechute : Des outils transversaux pour un repérage individualisé des symptômes prodromiques.....	149
5.3.5.	Anticiper : Le plan de crise ou plan d'action .....	151
<b>6.</b>	<b>Conclusion</b> .....	<b>152</b>

**Bibliographie** **153**

<b>Annexe 1</b>	<b>Bilan de Vie Quotidienne • Grille d'entretien</b> .....	<b>155</b>
<b>Annexe 2</b>	<b>Bilan éducatif partagé • Grille d'entretien.</b> .....	<b>158</b>
<b>Annexe 3</b>	<b>Échelle INSAIT</b> .....	<b>163</b>

**ETP à destination des proches de personnes souffrant de trouble**  
**du spectre de la schizophrénie** **170**

<b>1.</b>	<b>Public cible</b> .....	<b>170</b>
<b>2.</b>	<b>Le programme se déroule-t-il en séances individuelles ou de groupe ?</b> .....	<b>170</b>
<b>3.</b>	<b>Objectifs</b> .....	<b>170</b>
<b>4.</b>	<b>Critères de participation au programme</b> .....	<b>171</b>

<b>5. Déroulement du programme</b> .....	<b>171</b>
5.1. Le bilan éducatif .....	172
5.2. Les échelles d'évaluation .....	172
5.3. La séance numéro 1, « présentation du module et généralités » .....	172
5.4. La séance numéro 2, « La symptomatologie » .....	173
5.5. La séance numéro 3, « Cognition et Rechute » .....	173
5.6. La séance numéro 4 « Le rétablissement » .....	174
5.7. La séance numéro 5 « Les traitements pharmacologiques et non pharmacologiques » .....	174
5.8. La séance numéro 6, « La communication » .....	174
5.9. La séance numéro 7, « Ressources sociales » .....	175
5.10. La séance numéro 8, « Bilan » .....	175

Annexe 1	<b>Étoile de compétences</b> .....	<b>176</b>
Annexe 2	<b>Inventaire du fardeau</b> .....	<b>177</b>
Annexe 3	<b>Fiche • Les symptômes des trois grands syndromes du trouble du spectre de la schizophrénie</b> .....	<b>179</b>
Annexe 4	<b>Fiche • Les altérations cognitives dans la schizophrénie</b> .....	<b>180</b>
Annexe 5	<b>Roue des émotions</b> .....	<b>181</b>
Annexe 6	<b>Colonnes de Beck</b> .....	<b>182</b>

## **Programme pour les aidants : AVEC. Éducation thérapeutique pour les proches de personnes ayant des troubles psychotiques** **183**

<b>1. Introduction</b> .....	<b>183</b>
<b>2. Le programme AVEC</b> .....	<b>185</b>
2.1. Indications .....	185
2.2. Modalités .....	185
2.3. Objectifs .....	185
2.4. Entrée dans le programme .....	186
2.5. Déroulement du programme .....	186
2.6. Formation des thérapeutes .....	188
<b>3. Conclusion</b> .....	<b>188</b>

<b>Bibliographie</b> .....	<b>189</b>
----------------------------	------------

Annexe 1	<b>BILAN ÉDUCATIF</b> .....	<b>190</b>
Annexe 2	<b>BILAN ÉDUCATIF. Auto questionnaire • Proche-aidant /patient</b> .....	<b>191</b>

Annexe 3	<b>Séance 1 • Identification et évaluation du stress</b> .....	192
Annexe 4	<b>Séance 2 • Modèle vulnérabilité-stress-compétence et émotions exprimées</b> .....	193
	<i>Les sources de stress et les émotions exprimées</i> .....	193
Annexe 5	<b>Séance 3 • TCC et croyances</b> .....	194
Annexe 6	<b>Séance 4 • Normalisation et compréhension de l'expérience alternative, saut aux conclusions</b> .....	195
Annexe 7	<b>Séance 5 • TCC et croyances</b> .....	196
Annexe 8	<b>Séance 6 • Approche positive et estime de soi</b> .....	197
Annexe 9	<b>Séance 7 • Soutenir la personne dans l'atteinte de ses buts</b> .....	198
Annexe 10	<b>Séance 8 • Savoir soutenir son proche</b> .....	199

<b>Objectif, intérêt et impact des programmes d'ETP dans les troubles bipolaires</b>	<b>200</b>
1. <b>Objectif des programmes d'ETP dans les troubles bipolaires</b> .....	201
2. <b>Intérêt et impact des programmes d'ETP dans les troubles bipolaires</b> .....	203
3. <b>Exemples de programme d'ETP dans les troubles bipolaires</b> .....	204
<b>Bibliographie</b>	<b>205</b>

<b>Programme modulaire pour les troubles bipolaires en individuel et en groupe, pour les patients et leurs aidants</b>	<b>208</b>
1. <b>Méthodes</b> .....	209
2. <b>Programme individuel, patients hospitalisés</b> .....	209
2.1. Public cible .....	209
2.2. Objectif.....	209
2.3. Méthodes .....	209
2.4. Déroulement du programme .....	210
2.5. Étude de validation .....	211
3. <b>Programme de groupe ouvert, patients en hospitalisation de jour</b> .....	211
3.1. Public cible .....	211
3.2. Objectif.....	212
3.3. Méthodes .....	212
3.4. Déroulement du programme .....	212
4. <b>Programme de groupe fermé, patients ambulatoires</b> .....	213
4.1. Public cible .....	213
4.2. Objectif.....	213
4.3. Méthodes .....	213
4.4. Déroulement du programme .....	214



<b>5. Entretien individuel, proches de patients hospitalisés .....</b>	<b>216</b>
5.1. Public cible .....	216
5.2. Objectif.....	216
5.3. Méthodes et déroulement du programme .....	216

<b>Bibliographie</b>	<b>216</b>
----------------------	------------

**Programme d'éducation thérapeutique chez les patients souffrant d'un trouble bipolaire** **217**

<b>1. Public cible .....</b>	<b>217</b>
<b>2. Prise en charge individuelle et en groupe .....</b>	<b>218</b>
2.1. MODip .....	218
2.2. MODif .....	218
<b>3. Objectifs .....</b>	<b>219</b>
3.1. Concernant les personnes souffrant de troubles bipolaires .....	219
3.2. Concernant la prise en charge des proches .....	219
<b>4. Critères de participation au programme.....</b>	<b>219</b>
4.1. MODip .....	219
4.2. MODif .....	220
<b>5. Déroulement du programme : MODIP .....</b>	<b>221</b>
5.1. Première partie : la conscience de la maladie .....	221
5.2. Deuxième partie : l'adhésion pharmacologique (avec l'intervention d'un pharmacien) .....	224
5.3. Troisième partie : éviter les substances .....	224
5.4. Quatrième partie : la détection précoce des nouveaux épisodes et prévention de la rechute .....	225
5.5. Cinquième partie : la régularité des habitudes et la gestion du stress .....	226
5.6. Sixième partie : mon état de santé somatique, ma situation sociale .....	227
5.7. MODULE OPTIONNEL de PLEINE CONSCIENCE (7 séances).....	227
<b>6. Déroulement du programme : MODIF.....</b>	<b>228</b>
6.1. MODULE 1.....	228
6.2. MODULE 2 .....	228

<b>Bibliographie</b>	<b>229</b>
----------------------	------------

<b>Annexe 1</b>	<b>Bilan éducatif partagé.....</b>	<b>230</b>
<b>Annexe 2</b>	<b>Fiche d'auto évaluation de BECK.....</b>	<b>232</b>

**Programme d'éducation thérapeutique sur la dépression 233**

- 1. Public cible ..... 233**
  - 1.1. Principes et déroulement général du programme ..... 234
    - 1.1.1. Principes généraux.....234
      - 1.1.1.1. *Du « sur-mesure » au sein d'un groupe..... 234*
      - 1.1.1.2. *Chacun à son rythme..... 234*
      - 1.1.1.3. *Un accompagnement empathique ..... 234*
      - 1.1.1.4. *Un partage d'informations ..... 234*
      - 1.1.1.5. *En toute liberté.....235*
    - 1.1.2. Déroulement du programme..... 235
  - 1.2. La séance de diagnostic (bilan) éducatif individuelle ..... 235
  - 1.3. Déroulement du programme : séances collectives..... 236

Annexe 1	<b>Diagnostic (bilan) éducatif • Trame..... 246</b>
Annexe 2	<b>Étoile de compétences .....247</b>
Annexe 3	<b>Boussole Intérieure .....248</b>
Annexe 4	<b>Modèle Vulnérabilité-stress.....249</b>
Annexe 5	<b>Plan de crise .....250</b>
Annexe 6	<b>Plan d'action.....251</b>

**ETP à destination des patients avec un TDAH et de leur entourage 252**

- 1. Public cible ..... 252**
- 2. Indications : analyse des besoins..... 252**
  - 2.1. Les besoins des patients ..... 252
  - 2.2. Les besoins des soignants.....253
- 3. Les objectifs..... 253**
  - 3.1. Le référentiel des compétences à acquérir.....253
  - 3.2. Les objectifs éducatifs .....255
- 4. Le diagnostic (bilan) éducatif ..... 256**
- 5. Structuration des ateliers ..... 256**
  - 5.1. Cadre des ateliers..... 256
  - 5.2. Posture des éducateurs .....257
  - 5.3. Pédagogie .....257
- 6. Conducteur d'atelier..... 257**
- 7. Déroulement du programme et description des ateliers..... 258**

**Programme d'éducation thérapeutique sur les risques liés à la consommation de THC chez les personnes souffrant de trouble de l'humeur ou trouble du spectre de la schizophrénie** 267

<b>1.</b>	<b>Public cible</b> .....	267
<b>2.</b>	<b>Le programme se déroule-t-il en séances individuelles ou de groupe ?</b> .....	267
<b>3.</b>	<b>Objectifs</b> .....	268
<b>4.</b>	<b>Critères de participation au programme</b> .....	268
<b>5.</b>	<b>Déroulement du programme</b> .....	268

Annexe 1	Bilan éducatif .....	271
Annexe 2	La séance 1 .....	273
Annexe 3	La séance 2.....	274
Annexe 4	La séance 3.....	275
Annexe 5	La séance 4 • <i>Exercice motivationnel</i> .....	277

**Programme d'éducation thérapeutique pour l'amélioration de l'éveil et du sommeil chez des personnes souffrant de trouble du spectre de la schizophrénie** 278

<b>1.</b>	<b>Public cible</b> .....	278
<b>2.</b>	<b>Individuel/groupe : Groupe</b> .....	278
<b>3.</b>	<b>Objectifs</b> .....	278
<b>4.</b>	<b>Critères de participation au programme</b> .....	279
<b>5.</b>	<b>Déroulement du programme</b> .....	279
	5.1. Déroulement type d'une séance .....	279
	5.2. Contenu du programme PEPASE .....	280

Annexe 1	Fiche bilan éducatif de la plainte d'éveil et de sommeil .....	286
Annexe 2	Agenda de sommeil .....	288
Annexe 3	Six principes du fonctionnement éveil/sommeil.....	290
Annexe 4	Fiche hygiène de sommeil.....	291
Annexe 5	Le cercle vicieux des inquiétudes .....	292
Annexe 6	Les cercles vicieux de l'interaction veille/voix .....	293
Annexe 7	La frise du sommeil .....	294

<b>« Agissons pour notre santé &amp; Développons notre bien-être ».</b>	
<b>Programme d'éducation thérapeutique sur la santé et le bien-être</b>	
<b>pour les personnes souffrant de trouble psychiatrique</b>	<b>295</b>
<b>1. Public cible</b> .....	<b>295</b>
1.1. Le programme se déroule-t-il en séances individuelles ou de groupe ? .....	295
1.2. Objectifs .....	296
1.3. Critères de participation au programme .....	297
<b>2. Déroulement du programme</b> .....	<b>297</b>
2.1. Définition des objectifs personnels .....	297
2.2. Personnalisation du programme .....	297
2.3. Ce programme se décline en 4 modules .....	297
2.3.1. Module « Mieux-être & santé » .....	297
2.3.2. Module « Équilibre, Plaisir & Santé » .....	299
2.3.3. Module « Sport & Santé » .....	300
2.3.4. Module « Ressources sociales & Santé » .....	300
<b>Annexe 1 Étoile de compétences</b> .....	<b>302</b>
<b>Annexe 2 Photographie du plateau de jeu</b> .....	<b>303</b>
<b>Annexe 3 Règle du jeu « je gère ma maladie »</b> .....	<b>304</b>
<b>Annexe 4 Schéma global du programme Agissons pour notre santé</b> <b>et développons notre bien-être</b> .....	<b>305</b>