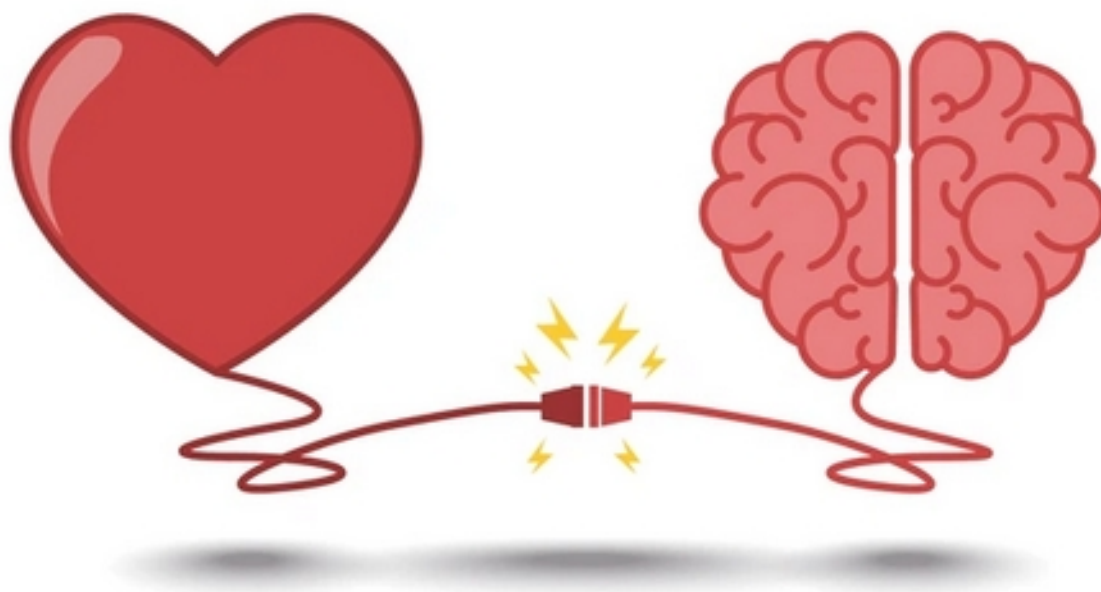


Le témoignage de trois facilitateurs sur la psychoéducation

La



psychoéducation est une pratique qui consiste à fournir des informations théoriques sur la pathologie des participants et des outils pratiques en vue de mieux la gérer au quotidien. Trois facilitateurs de modules témoignent.

Grégory, qui a cogéré (avec Xavier) un module pour la première fois, durant le premier semestre 2024 : « L'expérience était très positive et instructive. A titre personnel, j'ai trouvé cela valorisant. La préparation nous a demandé beaucoup de temps, nous nous sommes partagé les tâches, Xavier et moi. C'était un peu stressant parce que c'était la première fois qu'on le faisait, on devait s'approprier la matière, visionner des vidéos, étudier les diapositives, faire des tests, etc. Les participants ont témoigné des bienfaits de cette session pour la gestion de leur trouble bipolaire. Un d'entre eux nous a dit qu'il avait constaté une nette amélioration et un mieux être physique et mental.

Xavier (modules de Liège et de Jette) : « Je connaissais un peu la psychoéducation parce que j'avais lu un livre sur le sujet mais je ne l'avais jamais mise en pratique. La préparation avec Grégory a nécessité deux à quatre heures par séance. C'était important d'utiliser les mots adaptés pour dire les choses. Un module de psychoéducation, c'est différent d'une consultation chez son ou ses thérapeutes. Une participante de Jette m'a dit qu'elle utilisait souvent une métaphore utilisée durant une des séances et que ça l'aidait. A Liège, une personne a repris un rendez-vous chez son

psychiatre et a recommencé son traitement. Des participants nous remercient parce qu'ils se sentent mieux. ».

Sébastien (à l'hôpital Saint-Jean de Dieu de Leuze-en-Hainaut) : « On organise un module par an, depuis 2016, avec une séance tous les 15 jours. Il y a 10 séances, dont le contenu s'inspire du module donné par le Dr Souery, qui nous a formés.

Nous nous sommes approprié l'outil et l'avons adapté à nos patients de « La Couturelle », qui est une unité de soins pour patients ayant des troubles de l'humeur, dont le trouble bipolaire. Deux conditions sont posées pour participer à la psychoéducation : avoir un diagnostic de trouble bipolaire et être stabilisés. Des personnes viennent du groupe de parole d'Ath et certaines n'ont jamais été hospitalisées.

Emeline, qui facilite avec moi au groupe de parole, prend également part au module, ainsi que quatre autres membres de l'équipe, dont la psychiatre Catherine Dame. Ce module a un impact positif sur les patients, qui nous disent qu'il a contribué à leur rétablissement. Une des difficultés est de maintenir les participants pour l'ensemble du cycle. ».

Propos recueillis par Franca Rossi

Juin 2024