

Partage d'expérience sur le Programme de remédiation cognitive SelfRemed (Bulot, 2018)



Nicolas Desseaux - Médiateur de Santé Pair
Laetitia Van Hecke
Psychologue spécialisée en neuropsychologie
Pôle 59G20

Programme de Remédiation Cognitive : SelfRemed (Bulot, 2018)

- Cible le sentiment d'identité personnelle en travaillant sur la mémoire autobiographique
- Prise en charge groupale (de 4 à 5 personnes)
- 1 séance de 2 heures par semaine pendant 12 semaines



Objectifs et indication

OBJECTIFS :

- Améliorer les stratégies pour retrouver des souvenirs dans leurs détails
- Retrouver mon identité personnelle « ce que je suis »
- Aider à l'élaboration d'un projet de rétablissement en travaillant sur des objectifs concrets

INDICATION :

Personne présentant :

- un trouble schizophrénique stabilisé
- un tableau déficitaire ou désorganisé si potentiel imaginaire
- une faible estime de soi

En pratique

- 1^{ère} séance Information sur l'atelier + échanges sur le vécu concernant la mémoire autobiographique et le sentiment d'identité personnelle + choix des traits de personnalité
- Pour chaque séance, évocation de souvenirs autobiographiques qui illustrent les traits de personnalité choisis et réflexion en groupe sur les circonstances influençant l'expression des traits
 - Pas de souvenirs traumatiques !
- Ensuite, réflexion en groupe sur :
 - ce que ces souvenirs m'apprennent sur ce que je suis
 - la façon dont j'ai changé - ou pas - avec le temps
 - ce que je peux faire dans mon quotidien pour qu'un trait de personnalité s'exprime ou non

Notre expérience

- 11 séances de novembre 2022 à mars 2023
- 4 participants: 2 hommes/2 femmes dont un abandon en cours de programme
- Bonne dynamique de groupe
- Bienveillance globale des autres participants concernant les souvenirs rapportés

Notre bilan

Bénéfices	Difficultés
- Programme centré sur l'identité de la personne et non la maladie	- Pathologie non stabilisé
- Amélioration de l'estime de soi	- Non respect des règles du groupe par un participant (tâche personnelle non réalisée, souvenirs traumatiques)
- Intervention du médiateur santé pair favorisant le dévoilement de soi	- Manque de régularité des séances (formation, vacances)
- Facilitation de la prise de parole en groupe	- Poursuivre les objectifs fixés sur du long terme
- Instauration d'un lien de confiance entre les participants	- Difficulté pour certains participants à identifier huit traits de personnalité

Conclusion

Retour des participants sur l'atelier:

- Image plus positive d'eux-mêmes
- Souhait que certains traits de personnalité s'expriment : leur côté « créatif » ou, pour un autre participant, son côté « élégant »

- Favorise l'empowerment et la communication transversale
- Avancer vers le rétablissement
- Valorise le savoir expérientiel