



P-079

ETP pour les PEP: I\_CARE YOU\_CARE

D. Willard, C. Jantac, C. Bellot, C. Daban, J. Chaignaud, V. Morin, E. Chevallier, J. Dumont et MO Krebs  
Pôle PEPIT, GHU Paris Psychiatrie et Neurosciences; France  
d.willard@ghu-paris.fr

Le programme d'Éducation Thérapeutique **I\_CARE\_YOU\_Care** vous est proposé par le C'JAAD - Centre d'évaluation pour les Jeunes Adultes et Adolescents, GHU Paris Psychiatrie et Neurosciences. Labellisé Centre d'Excellence de l'Institut de Psychiatrie, le C'JAAD est le Centre Régional Référent à l'initiative du Réseau Transition.

La survenue d'un premier épisode psychotique (PEP) constitue une véritable rupture dans le parcours des personnes touchées, tant sur le plan affectif, social que familial. Il impacte également fortement l'insertion scolaire/professionnelle et s'accompagne régulièrement de prise de risques : conduites dangereuses, consommations de toxiques, tentatives de suicide. Cette rupture entraîne souvent un handicap psychique et social durable, et dans un peu plus d'un cas sur deux, les troubles évolueront vers une schizophrénie. L'intérêt d'un diagnostic et d'une prise en charge précoce, dès le PEP n'est aujourd'hui plus débattu, du fait de son impact positif sur le pronostic. Les traitements antipsychotiques sont efficaces sur les symptômes psychotiques positifs, or l'impact social, psychique (notamment sur l'estime de soi) et scolaire est massivement lié aux symptômes cognitifs et négatifs de la psychose. Cela montre l'importance fondamentale d'adjoindre à cette chimiothérapie des interventions thérapeutiques complémentaires.

L'enjeu principal de l'intervention précoce est d'instituer rapidement des soins intégrés et adaptés au stade évolutif de la maladie et à l'âge, en veillant à les adapter au mieux dans leur trajectoire de vie et à limiter la stigmatisation. Dans le cadre d'un PEP, l'initiation d'un traitement adapté à l'âge et le suivi clinique doit être le plus précoce possible. Le traitement doit s'accompagner de psychoéducation, de thérapies cognitivo-comportementales auprès des jeunes et des familles afin d'améliorer la compréhension des troubles et l'engagement de tous dans le projet de rétablissement.

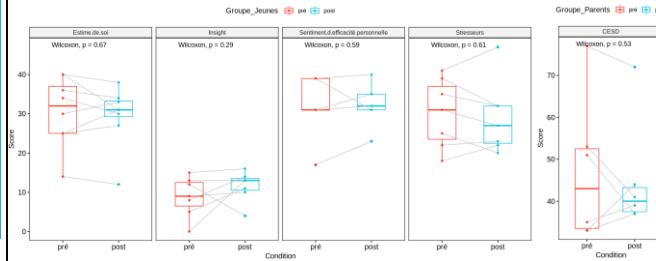
Destiné aux jeunes patients ayant présenté un PEP et à leur famille, le programme **I\_CARE\_You\_Care** vise à renforcer l'adhésion du jeune et de sa famille à la prise en charge médicamenteuse et psychosociale proposée.

Développé à partir des programmes d'éducation thérapeutique existants et ayant fait leurs preuves tels que les programmes , Profamille de Yann Hodé , AVEC et TCC de Tania Lecomte, le Groupe Gestion du Stress d'Anne-Victoire Rousselet et la participation de Laurent Lecardeur, **I\_CARE\_You\_Care** incorpore des techniques en TCC permettant de diminuer le stress, la symptomatologie dépressive et anxieuse ainsi que le sentiment de fardeau ressenti par les proches. Il a été co-construit avec les personnes concernées, y compris dans le choix des illustrations.

**METHODE**  
« **I\_CARE\_YOU\_CARE** » est un programme construit en 12 séances simultanées dans des groupes parallèles pour des jeunes ayant expérimenté récemment un PEP et leurs parents. Les groupes sont fermés et comprennent 6 à 8 participants chez les jeunes et 8 à 16 participants pour les parents. Le programme actuel a évolué en prenant en compte les retours des premiers participants. Le programme est labellisé en programme ETP par l'ARS IDF. Nous avons inclus dans ces groupes des jeunes de 16 à 30 ans ayant un PEP, selon les critères de la CAARMS, depuis moins de 12 mois et leurs parents. **Co-construit avec les personnes concernées**, **I\_CARE\_You\_Care** est également **co-animé par des pairs aidants et des parents aidants**. Des évaluations par auto-questionnaires ont été réalisés auprès des jeunes et des parents. Les données étaient paireses et d'une distribution non normale, elles ont été analysées par le test non paramétrique de Wilcoxon.

**RESULTATS**  
A ce jour nous avons pu mettre en place 3 sessions de 2 groupes patients et parents. Les résultats obtenus montrent un fort taux de participation ainsi qu'une très bonne acceptabilité avec un très bon taux de satisfaction. Les données ont été analysées pour 8 participants jeunes (2 femmes, 6 hommes) avec un âge médian de 21 ans (minium 17 ans et maximum 23 ans) ainsi que 9 parents (5 femmes, 4 hommes) avec un âge médian de 55 ans (minium 51 ans et maximum 64 ans). Le taux de satisfaction global est très élevé à 92,6% pour les jeunes et 91,3% pour les parents. Les dimensions principales évaluées concernant la satisfaction sont les apprentissages (88,3% jeunes ; 88% parents), l'utilité (100% jeunes ; 98,3% parents), l'agréabilité (87% jeunes ; 89,9% parents). La première analyse concernant la symptomatologie clinique montre des profils variables. L'analyse statistique n'a pas pu montrer d'amélioration statistiquement significative sur les dimensions cliniques évaluées. La situation sanitaire a modifié le format du groupe rendant l'utilisation des données recueillies moins pertinentes, difficilement analysables avec de nombreuses données manquantes. L'augmentation du nombre de participants ainsi qu'une analyse plus approfondie permettront de mettre en évidence les différentes dimensions cliniques évaluées ainsi que les critères constituant un frein à l'amélioration clinique.

SEANCES	I_CARE	YOU_CARE
1	Présentation du groupe et introduction du concept de stress	Présentation du groupe et introduction du concept de stress
2	Gestion du stress et Modèle Stress-Vulnérabilité-Compétences	Gestion du stress et Modèle Stress-Vulnérabilité-Compétences
3	Symptômes cliniques du Premier Episode Psychotique	Symptômes cliniques du Premier Episode Psychotique
4	Troubles cognitifs	Traitements médicamenteux
5	Traitements médicamenteux	Techniques de communication (1)
6	Consommation de toxiques et de jeux vidéo	Techniques de communication (2) et hygiène de vie
7	Prendre soin de soi	Consommation de toxiques et de jeux vidéo
8	Pensées automatiques et croyances	Emotions /Pensées/Comportement (1)
9	Pensées alternatives (partie 1) Saut aux conclusions (partie 2)	Emotions /Pensées/Comportement (2)
10	Stratégies cognitives et comportementales et symptomatologie clinique	Techniques de communication : situations du quotidien
11	Savoir faire face	Rétablissement
12	Récapitulatif du programme et conclusion	Récapitulatif du programme et conclusion



**CONCLUSION**  
« **I\_CARE\_YOU\_CARE** » est le premier programme d'ETP labellisé disponible pour les jeunes de 16 à 30 ans ayant un PEP et leurs parents. « **I\_CARE\_YOU\_CARE** » montre des résultats cliniques préliminaire positifs avec une très bonne acceptabilité des participants et un coefficient de satisfaction excellent. Ce retour est à confirmer par des études complémentaires. Ce programme continue et fera l'objet d'un suivi à distance pour évaluer la persistance des effets observés.