

Soutenir les deuils difficiles en ligne : Etude-pilote et perspectives

Congrès de l'Encéphale 2022 – Paris, France

Anik Debrot, Liliane Efinger, Maya Kheyar, Laurent Berthoud & Valentino Pomini
Université de Lausanne, Suisse

Introduction

- La **perte d'un proche, pas décès ou séparation** est l'un des événements les plus **stressants**. Elle est associée à des conséquences négatives pour la santé et le bien-être. (e.g. Bennett et Soulsby, 2012)
- 7 à 15 % montrent des **difficultés cliniquement significatives** à faire face à cet événement. (Mancini et al., 2015)
- Les **interventions pour les deuils difficiles sont efficaces** pour les personnes qui déclarent avoir des difficultés avec le processus de deuil. (Wittouck et coll., 2011)
- Les **interventions par Internet (IPI)** sont efficaces pour une variété de troubles de santé mentale, y compris le deuil compliqué (Berger, 2015; Zuelke et al., 2020), surtout avec une guidance personnalisée.
- **L'offre d'IPI reste rare en français**. De plus, il n'existe pas d'IPI francophone validée pour traiter les symptômes de deuil compliqués. Ceci est d'autant plus important dans le **contexte pandémique** actuel. (Berthoud et al., 2021)

⇒ Brodbeck et al. (2017) ont développé **LIVIA**, une IPI guidée en allemand pour les personnes qui ont perdu leur conjoint (par décès ou séparation), se basant sur la **TCC**. Son efficacité a été démontrée. (Brodbeck et al., 2019)

Etude Pilote: LIVIA 1

Efinger et al.
(2021). AMP

Méthode

- Test de la **version française de LIVIA en format non-guidé** (complétion autonome par les participant·e·s).
- **Population**: 24 participant·e·s
 - 75% de femmes; âge moyen = 56 ans
 - 58% ont perdu leur partenaire par décès (vs. séparation/divorce).

Résultats

- **Effets moyens sur les symptômes de deuil et sur l'évitement du deuil**. Pas d'effets sur d'autres mesures (par ex. dépression, anxiété, bien-être, solitude).
- **Satisfaction modérée**: environ la moitié des participant·e·s sont (très) satisfait·e·s, un quart moyennement satisfait·e·s.
- Environ la **moitié des participant·e·s ont abandonné** entre le pré-test et le follow-up à 3 mois.

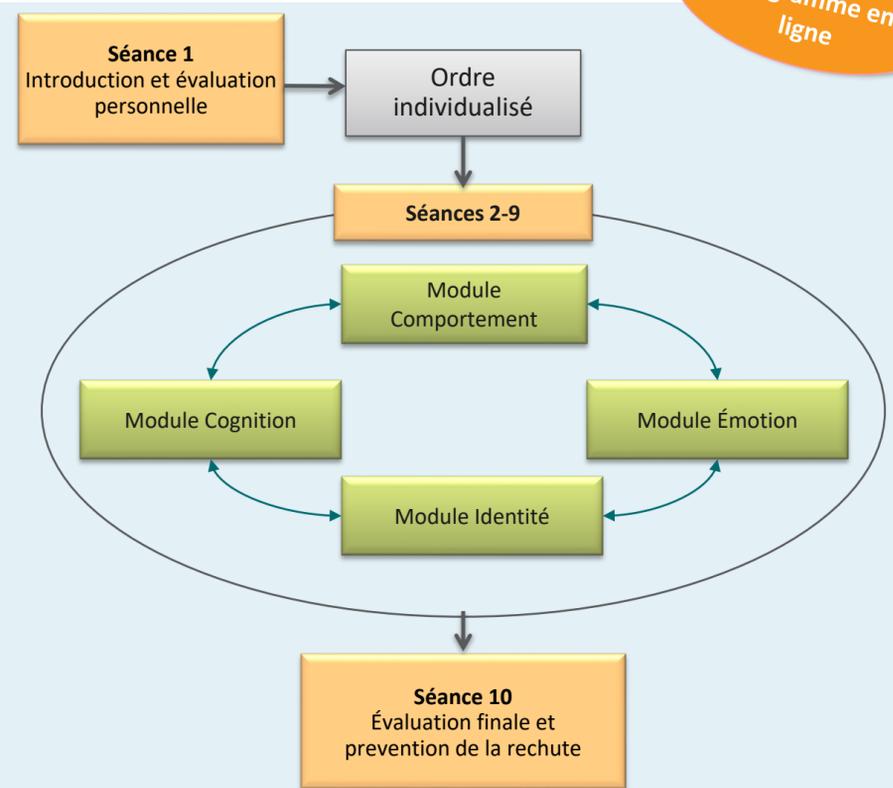
⇒ Ces résultats montrent un important potentiel d'amélioration.

Perspectives: LIVIA 2.0

Modifications et
Innovations

- Guidance à la demande**
Lorsqu'on leur donne le choix, seule une partie des participant·e·s utilisait la guidance et l'efficacité est maintenue (Berger et al., 2011). Pour optimiser les ressources, nous ne fournirons une guidance qu'à celles et ceux qui la requièrent (Debrot et al. 2022).
- Module sur la mémoire autobiographique et l'identité**
Ces processus sont affectés par un deuil compliqué et peuvent être modifiés par des exercices spécifiques que nous intégrerons (Kheyar et al., ce congrès).
- Évaluation et promotion des ressources personnelles**
L'e-AERES permettra aux participant·e·s de mieux connaître leurs forces et leur facilitera la gestion des tâches (Bellier-Teichmann et al., 2018)
- Liberté de choisir son propre chemin à travers le programme**
En fonction de leurs préférences et de nos recommandations
- E-mails automatisés de rappels et information**
- Interactivité améliorée**
Vidéos, audios, quizz, etc.

Structure du
programme en
ligne



ERC comparant LIVIA 1 vs. LIVIA 2.0

- Mesures investiguées:**
- Symptômes psychopathologiques et de deuil
 - Bien-être personnel et interpersonnel
 - Clarté du concept de soi
 - Indicateurs langagiers
 - Satisfaction vis-à-vis du programme en ligne
 - Taux d'abandon

Voir: www.psyconsultonline.ch

Objectif

Recruter > 200 participant·e·s dans les régions francophones d'Europe
(début: février 2022)

Références principales

- Bellier-Teichmann, T., Golay, P., & Pomini, V. (2018). Which are your resources and how do they contribute to your recovery? *European Review of Applied Psychology*, 68 (6), 215–226.
- Berger, T., Caspar, F., Richardson, R., Kneubühler, B., Sutter, D., & Andersson, G. (2011). Internet-based treatment of social phobia: A randomized controlled trial comparing unguided with two types of guided self-help. *Behaviour Research and Therapy*, 49 (3), 158–169.
- Berthoud, L., Efinger, L., Kheyar, M., Pomini, V., & Debrot, A. (2021). Hope May Come From Internet in Times of COVID-19: Building an Online Programme for Grief (LIVIA). *Frontiers in Psychiatry*, 12, Article 626831.
- Brodbeck, J., Berger, T., Biesold, N., Rockstroh, F., & Znoj, H. J. (2019). Evaluation of a guided internet-based self-help intervention for older adults after spousal bereavement or separation/divorce: A randomised controlled trial. *Journal of Affective Disorders*, 252, 440–449.
- Debrot, A., Berthoud, L., Caspar, F., Berger, T., & Pomini, V. (2022). Tailoring guidance in internet-based interventions with Motive-Oriented Therapeutic Relationship. *Manuscript under review*.
- Efinger, L., Debrot, A., & Pomini, V. (2021). LIVIA-FR : Implémentation et évaluation d'une intervention par Internet pour des personnes francophones peinant à surmonter la perte de leur partenaire. *Annales Médico-Psychologiques*. Advance online publication.
- Zuelke, A. E., Luppá, M., Löbner, M., Pabst, A., Schlapke, C., Stein, J., & Riedel-Heller, S. G. (2021). Effectiveness and Feasibility of Internet-Based Interventions for Grief After Bereavement: Systematic Review and Meta-analysis. *JMIR Mental Health*, 8(12), e29661