

Le PSI : guide d'utilisation

La réhabilitation psychosociale a comme objectif de favoriser le rétablissement. Il s'agit donc de susciter l'espoir chez les personnes en situation de handicap psychique et de faciliter un engagement actif de la personne dans ce processus de rétablissement. Le PSI est un outil dont l'objectif principal est de favoriser « l'empowerment » (reprise du pouvoir d'agir) avec cette évidence que la personne doit participer à la prise de décision qui la concerne.

En cela cet outil suit les principes de la démarche éducative, dont l'objectif est selon l'OMS d'«aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique ».

Selon l'HAS, l'éducation thérapeutique a deux finalités (HAS, 2007) :

- L'acquisition ou le maintien de compétences d'auto-soins
- La mobilisation ou l'acquisition de compétences d'adaptation décrites par l'OMS en 2003 qui comprennent notamment la capacité à se connaître soi-même, à prendre du recul sur son propre fonctionnement pour pouvoir élaborer une réflexion critique permettant à la personne de se fixer des objectifs à atteindre, de résoudre des problèmes, de faire des choix et de prendre des décisions. L'OMS décrit également parmi ces compétences d'adaptation l'estime de soi, la capacité à gérer ses émotions et à maîtriser son stress et les habiletés sociales (OMS, 2003).

Le PSI correspond dans cette optique au Bilan Educatif Partagé dont le rôle apparaît de plus en plus central dans l'élaboration d'un parcours de réhabilitation psychosociale.

Celui-ci est en effet défini comme « la première étape de la démarche d'éducation qui permet d'appréhender différents aspects de la personnalité du patient, d'identifier ses besoins, d'évaluer ses potentialités, de prendre en compte ses demandes dans le but de proposer un programme d'éducation personnalisé » (D'Ivernois, 1990).

Support partagé entre la personne accompagnée, ses référents et son coordonnateur de parcours, le PSI a pour objectif de faciliter la construction d'un parcours personnalisé, s'adaptant à la personne et à son évolution au fur et à mesure de l'accompagnement et dans lequel les interventions thérapeutiques sont proposées dans la mesure du possible, au moment le plus adéquat.

Prenant en compte les troubles cognitifs et métacognitifs pouvant être présentés par certaines personnes, l'entretien semi-structuré facilite la prise de recul par rapport aux expériences passées, aux difficultés posées par la pathologie, aux ressources ayant pu être mobilisées pour y faire face et permet aux personnes concernées de mieux identifier leurs objectifs de réhabilitation et les étapes nécessaires pour y parvenir. Le PSI, quant à lui, constitue un support visuel permettant aux personnes de se remémorer leurs objectifs établis, le déroulement des différents accompagnements, individuel ou groupaux, et d'évaluer leur évolution au cours du parcours de réhabilitation. Celui-ci apparaît ainsi plus cohérent, la personne concernée percevant davantage le sens des interventions proposées ce qui renforce sa confiance dans ses capacités à atteindre les objectifs qu'elle s'est fixés et donc sa motivation à participer.

A. Modalités de l'entretien semi-structuré

1. *En début d'entretien*, il est important de préciser à la personne les points suivants :

- ✓ L'objectif de l'entretien : préciser ses attentes concernant ce qu'elle souhaite voir évoluer ou changer dans sa vie afin de lui proposer un accompagnement au plus proche de ses besoins.
- ✓ L'entretien durera environ 1h30 à 2h. A tout moment la personne peut solliciter une pause.
- ✓ La personne est libre de répondre ou non aux questions qui lui sont posées.

- ✓ Un document de synthèse de cet entretien sera rédigé dans un second temps par le coordonnateur et lui sera soumis pour validation lors d'un deuxième rendez-vous. Ce document, nommé PSI, lui sera remis et sera le fil conducteur des différentes actions de réhabilitation qui lui seront proposées. Il s'agit d'un outil partagé avec son coordonateur de parcours. La personne est libre de le partager avec d'autres personnes. En revanche, le coordonateur ne peut le partager avec d'autres professionnels extérieurs au C3R sans l'autorisation de la personne.

2. *Déroulé de l'entretien*

Etape 1 : Demander à la personne d'exprimer les raisons qui l'ont amené à solliciter un accompagnement (sa « motivation »)

Etape 2 : Evaluer son niveau de satisfaction sur des échelles de 0 (pas du tout satisfait) à 10 (très satisfait) ciblant les différents domaines qui seront abordés lors de l'entretien.

Etape 3 : Entretien semi-structuré

Le but de l'entretien n'est pas d'être exhaustif ! Il s'agit surtout de pouvoir aborder en priorité les domaines les plus préoccupants pour la personne dans le temps imparti (environ 1h30 à 2h).

Lors de cet entretien, sont abordés différents domaines de la vie du patient, tels que la santé mentale et physique, le fonctionnement cognitif, les habiletés de vie quotidienne (hygiène personnelle, entretien du logement, nutrition, gestion de l'argent, utilisation des transports, loisirs), les formations et expériences professionnelles et les relations interpersonnelles.

Deux possibilités pour réaliser l'entretien :

- Déroulé de l'entretien en suivant l'ordre établi des domaines évoqués dans le PSI : procédure préférentielle lorsque l'on ne maîtrise pas encore l'outil.
- Choix par la personne du domaine par lequel elle souhaite commencer, puis abord des autres domaines en concertation avec la personne : procédure possible lorsqu'on maîtrise l'outil.

L'entretien est mené à l'aide de questions ouvertes explorant les différentes sphères de fonctionnement citées précédemment. Puis des questions ciblées (exemples de questions issues d'outils existants tels que le CASIG, Wallace et al., 2001) sont posées si des précisions s'avèrent nécessaires.

Enfin, pour chaque domaine abordé, trois questions permettent de définir les objectifs (situation espérée) :

- Avez-vous des souhaits (attentes, besoins) concernant ? Si oui, lesquels ?
- Pour atteindre cet objectif, quels sont les ressources et les freins que vous identifiez ?
- Pour atteindre cet objectif, avez-vous besoin d'aide ?

L'entretien ne doit pas ressembler à un « questionnaire administratif » ! Le coordonnateur doit garder en tête que l'objectif du PSI est de permettre à la personne d'identifier ses projets de vie, de pouvoir évoquer les obstacles ou difficultés qu'elle a pu rencontrer auparavant et qu'elle a identifiés comme ayant pu nuire à l'atteinte de ses objectifs mais surtout de prendre conscience de ses forces et ressources qu'elle a pu également mettre en œuvre dans certaines situations. Dans la prise de notes par le coordonnateur, des cases sont dédiées au recueil de ces freins et ressources identifiées. Il est important de laisser une large place à la connaissance expérientielle de la personne. Les personnes dont l'estime de soi est altérée ont souvent peine à reconnaître leurs ressources. Il appartient au coordinateur lors de l'entretien de faire émerger les réussites de la personne et ce qui a contribué à ces réussites.

A la fin de l'entretien, nous demandons à la personne de répondre à deux questions concernant le vécu de l'entretien lui-même.

B. Synthèse de l'entretien : PSI (plan de suivi individualisé)

Suite à l'entretien, le coordonnateur synthétise les éléments de ce dernier dans un tableau (programme Excel) qui constitue le PSI.

Celui-ci comporte trois colonnes : situation actuelle, situation espérée (objectifs) et moyens proposés.

Dans un premier temps, seules les colonnes « situation actuelle » et « situation espérée » sont complétées avec les verbatim de la personne. Les éléments sur la situation actuelle et les objectifs fixés par la personne sont notés tels qu'ils sont émis lors de l'entretien avec les propres mots de la personne (les phrases retranscrites dans le PSI commencent par « je »). Les cotations aux échelles de satisfaction sont également reportées dans ce tableau.

Le PSI sera ensuite validé lors d'un second rendez-vous pendant lequel toutes les modifications souhaitées par la personne seront prises en compte.

La colonne « moyens proposés » sera complétée avec les propositions qui émergeront suite aux échanges avec les professionnels du centre de réhabilitation. En effet ces échanges aideront à déterminer quel intervenant en fonction des spécificités des différents professionnels aidera la personne pour chacun de ses objectifs, de quelle manière et à quel moment il le fera.

C. Révision du PSI

Au cours du parcours de réhabilitation, il est nécessaire de réévaluer avec la personne tant ses objectifs que les stratégies d'action proposées. Le PSI doit donc être révisé régulièrement. Cette étape est importante car elle permet d'évaluer l'atteinte ou non des objectifs, d'apporter des précisions supplémentaires, de fixer de nouveaux objectifs.

Le rythme des révisions est personne-dépendante étant donné qu'il s'agit d'un suivi individualisé. La personne et le coordonnateur de parcours se concertent pour programmer les révisions. Un onglet « révision » dans le programme Excel permet de mettre à jour le PSI.

En pratique :

- Faire passer les échelles de satisfaction (ce qui nous permettra de voir l'évolution (synthèse et graphique dans le tableau excel PSI).
- Reprise avec la personne de chaque domaine du PSI afin de voir si la situation a changé.
- Retour sur les actions proposées : objectif atteints ou non, partiellement atteints ? Retour qualitatif par la personne sur les actions proposées.
- Nouveaux besoins, nouveaux objectifs.
- Nouvelles propositions de moyens pour atteindre les objectifs.

Références bibliographiques

Wallace C.J., Lecomte T., Wilde J., Liberman R.P. CASIG : a consumer-centered assessment for planning individualized treatment and evaluating program outcomes. Schizophrenia Research 2001 ; 50 : 105-119.

D'Ivernois JF, Gagnayre R. Apprendre à éduquer le patient. Approche pédagogique, 3^e édition. Paris: Maloine, Collection Éducation du patient; 2008. 160 pages.

Documents nécessaires pour PSI

- ✓ Entretien PSI prise de notes
- ✓ Echelles de satisfaction PSI
- ✓ PSI Guide d'utilisation
- ✓ Programme excel PSI

Rebelle S., Arnaud I., Melis F. (2018) Plan de suivi individualisé : PSI. Traité de réhabilitation psychosociale, in N. Franck, Issy-les-moulineaux : Elsevier Masson.