

## OFFRE DE SOINS

### Parlons Stigmatisation



Lutte contre l'auto stigmatisation

Programme de Renforcement et de Thérapie Cognitive de l'autostigmatisation.

Inspiré du programme NECT

Offre de soin : groupe fermé

#### Objectifs principaux

L'autostigmatisation revient à appliquer à soi des stéréotypes négatifs concernant les troubles psychiques. Elle est retrouvée chez 41,7 % des personnes souffrant de schizophrénie et 21,7% des personnes souffrant de troubles bipolaires. Elle serait aussi fréquente chez les personnes souffrant d'un trouble de la personnalité borderline.

**Ce groupe permet une réduction de l'auto-stigmatisation afin de favoriser la restauration de l'estime de soi, le pouvoir d'agir, retrouver l'espoir et améliorer la qualité de vie des personnes présentant un trouble psychique.**

#### Outils

**Psychoéducation :** les notions de stigmatisation, d'autostigmatisation, de troubles psychiques et de rétablissement seront définies et discutées, ainsi que les expériences qui s'y rapportent.

**Restructuration cognitive :** elle permettra de développer des stratégies pour identifier et changer des pensées négatives à propos de soi.

**Renforcement narratif :** cela consiste à décrire des situations personnelles et à les décrire à nouveau pour construire un récit qui tient compte des difficultés rencontrées, des points positifs de sa vie, de ce qu'on espère pour son avenir, et de ses intentions.

#### Indications

- Diagnostic de schizophrénie, de trouble schizo-affectif, de trouble schizotypique, de trouble bipolaire.
- Personne stabilisée.
- Personne ayant un recul et une conscience des troubles.

#### Contre-indication

- Patient présentant une symptomatologie non stabilisée.

#### Modalités d'organisation

- Un entretien avant le groupe pour valider l'indication par les animateurs.
- 12 séances groupales d'1h30, le mardi de 10 h 30 à 12 h.
- 6 à 8 participants.
- 2 animateurs : Marie VERQUIN (IDE), Corentin GIDROL (Psychologue).
- Un manuel est distribué à chaque participant.

#### Bilan - Evaluation - Indicateurs

Le futur participant sera vu en entretien individuel d'1h pré-groupe et post groupe pour réalisation d'une évaluation subjective et chiffrée par l'utilisation des échelles (WEMBS, SERS, ISMI).