



23 05 2025

Céapsy

+ Visio

De 14h30 à 16h30

ÉTAIENT PRESENTS :

- *11 membres de la communauté*

I. RÉSUMÉ DES ÉCHANGES

Thématiques retenues par les participants :

Stigmatisation : quand la mise en public des vulnérabilités met à mal le rétablissement

Le premier thème de cette communauté est tiré d'un témoignage personnel dans lequel le vécu de la maladie peut, dans certaines circonstances, faire l'objet d'une divulgation et être employé comme argument au détriment de la personne concernée. C'est le cas notamment des procédures judiciaires qui opposent deux partis (ex : un couple qui se sépare) et où la maladie psychique devient un enjeu dans le litige pour questionner la légitimité ou bien la capacité de la personne concernée.

Les échanges ont mis en lumière que l'évocation des parcours en psychiatrie dans ce type de contexte peut avoir des effets désincitatif au dévoilement.

Il y'a un paradoxe du dévoilement : on dit aux gens d'assumer leur rapport à la maladie mais il y'a un comme un vent contraire de la société lorsque cela se retourne contre vous

Ça montre le niveau de stigmatisation des personnes psychiatisées. On ne va pas reprocher à une personne qui a un cancer de ne pas avoir pu aller chercher les enfants.

Des situations qui questionnent le rapport aux proches et à l'intimité qui expose :

Du fait de leur proximité avec la personne concernée, les proches sont les plus à même de pouvoir employer le vécu de la personne dans une situation conflictuelle.

Quand c'est un proche, y'a l'aspect émotionnel et affectif, c'est démultiplié. C'est encore pire quand c'est un de nos proches qui utilise des éléments pour venir blesser et ébranler quelque chose chez nous.

C'est venu ébranler quelque chose chez moi, je m'en suis voulu. Le fait d'avoir bossé sur moi depuis 10 ans et voir mon parcours utilisé contre moi de cette façon... Je m'en veux de l'impact que ça a eu sur moi.

Y'a aussi ce que ça vient engendrer chez nous. Voir rejaillir mes vulnérabilités, c'est venu me tétaniser sur le coup. On a beau être au clair sur son parcours, on ne sait pas ce que ça va déclencher.

Se rétablir c'est aussi assumer

J'aimerais rappeler l'importance d'être au clair avec son parcours. Quand on est au clair avec son diagnostic, avec sa situation, ses prises en charge, les personnes peuvent beaucoup moins l'utiliser contre nous. Il faut que les personnes connaissent leurs droits !

Le parcours de rétablissement aide

Le fait d'être confronté à ce type de situation après avoir cheminé vers le rétablissement peut aussi se révéler positif. Les effets d'apprentissage sur soi que permet le rétablissement peuvent aussi être vus comme des ressources lorsque l'on fait face à des situations de ce genre.

Tout ce travail introspectif renforce quelque chose de réflexif. Et plein de gens ne le font pas. Je trouve que c'est finalement utile de se rétablir pour traverser ce moment-là. Ça montre bien que le rétablissement est en mouvement.

Heureusement que j'avais gardé en tête que ça peut arriver à n'importe quel moment et je me m'y suis préparé. On reste humain donc ça secoue forcément.

IA : quels usages dans le champ de la santé mentale ?

L'Intelligence Artificielle est venue chambouler notre rapport à la pensée, la communication et au dialogue. Les membres de la communauté ont choisi d'évoquer quelques points qui peuvent avoir un impact dans les parcours en santé mentale et donc sur le rétablissement.

Utiliser l'IA pour faire évoluer le rapport aux soins

Un des usages évoqués de l'IA est celui de l'aide à la formulation des idées, en particulier pour aider à préparer des entretiens.

J'ai commencé à utiliser l'IA pour commencer à écrire. Ensuite y'a eu un glissement sur des questions en lien avec mes consultations. J'avais des bouts de puzzle dans mon esprit et grâce à lui, le puzzle est beaucoup plus clair.

Savoir qu'on peut avoir des synthèses assistées, des résumés, que ça aide à s'exprimer et à reformuler. Tout ça rend l'outil très utile.

Ensuite, l'argument de la disponibilité de l'outil dans un contexte de saturation des ressources renforce sa pertinence du point de vue des personnes qui l'utilisent.

S'il y'a bien un truc c'est qui nous manque en psychiatrie c'est du temps ! et l'IA a du temps à nous consacrer

Les utilisateurs plébiscitent la capacité de l'outil à dialoguer et à apporter des réponses à tous les questionnements de la personne.

Utiliser l'IA dans les pratiques professionnelles

Les professionnels se positionnent de manière prudente quant à son utilisation dans le contexte de leur travail.

On n'a pas de préjugé. C'est un outil parmi d'autres. Il nous arrive déjà de recommander des outils numériques sur les « dys » par exemple. Après, cela pose d'autres questions. On ne veut pas aller sur des outils gratuits pour être vigilant sur l'usage des données.

Ce que l'on aimerait faire, c'est avoir notre propre outil que l'on alimentera avec nos données pour aider les professionnels de la structure.

Tout en rappelant les points vigilances dans l'usage de l'IA vis-à-vis des responsabilités qui pèsent sur les professionnels du soin et de l'accompagnement

Ça pose aussi la question de la responsabilité. L'IA n'a aucun compte à rendre sur la validité scientifique des informations et sur la pertinence des sources.

À la différence d'un soignant, il n'y a pas d'éthique qui vient encadrer les réponses formulées. Donc il y'a quand même un danger.

Difficile pour la communauté de se positionner sur un outil (qui n'est pas encore réglementé et qui est à l'origine de plusieurs controverses) du point de vue du rétablissement tant les usages et les contextes diffèrent.

Cet outil a le mérite de remettre la personne et ses envies au centre du débat.

On n'a pas vraiment de recul sur ces usages du point de vue de la santé mentale. On vient tout juste de reconnaître les effets négatifs des réseaux sociaux sur la santé mentale des jeunes donc c'est encore très flou.

03 07 2025
Céapsy
+ Visio
De 14h30 à 16h30

ÉTAIENT PRESENTS :

- 10 membres de la communauté

I. RÉSUMÉ DES ÉCHANGES

Thématique retenue par les participants :

Qu'est-ce que l'intégration difficile des pairs aidants au sein des équipes dit de la compréhension du rétablissement ?

Cette thématique prolonge une réflexion initiée dans le cadre d'une communauté de pratiques de pairs aidants franciliens. Ses membres faisaient le constat d'une compréhension jugée approximative du concept de rétablissement des équipes de professionnels.

Les équipes ont l'impression qu'on est guéri ou en rémission comme pour un cancer. Le concept de rétablissement n'est pas compris à sa base.

peut-être il n'y avait pas vraiment la conscience que les MSP même avec une très bonne santé mentale vivaient avec éventuellement de la fatigue chronique, des moments de moins bien qui n'était pas des effondrements mais des passages à vides un peu plus fort que le reste de la population...

Les pairs aidants participeraient malgré eux à ces incompréhensions du fait de leur envie de paraître adaptés à leur environnement

Et de notre côté, on complique les choses en essayant d'être « le bon rétabli », on essaie de se fondre dans le collectif.

On s'est demandé si en cherchant à ne pas « choquer » les équipes, à sembler toujours aller bien par peur que les collègues puissent nous reprocher d'être « instable » les pairs aidants ne contribuaient pas à cette vision des choses

Le dévoilement, un levier universel ?

On entend souvent parler du dévoilement des professionnels et comment celui-ci serait un facilitateur de l'acculturation à la pair aide et au rétablissement. Cela étant, ces professionnels ne disposent pas de cadre officiel auxquels ils pourraient se référer pour employer ces savoirs dans leur quotidien.

En tant que pro je peux aussi être personne concernée. Mais quelle est la place de ce vécu dans mon travail ? Je suis concernée mais je ne vais jamais le mettre en avant même si j'ai un parcours de rétablissement. Est-ce qu'on attend de moi que je me dévoile ?

Le dévoilement, c'est quelque chose de personnel. Si je me sens forcé à me dévoiler ça biaise tout. Si je me sens en confiance ça viendra

Les échanges ont permis d'évoquer une nuance : le dévoilement n'est pas perçu de la même manière selon le profil de la personne

Il y'a quelques psychiatres qui disent qu'ils sont concernés, mais c'est une minorité

Je voyais bien que j'étais à contre-courant de 90% de ma profession. Il y'a peut-être la formation à questionner

Le dévoilement des professionnels serait donc pratique orienté rétablissement efficace en théorie mais qui, en pratique, reste difficile à mettre en œuvre.

La formation au rétablissement : où en sommes-nous ?

Les membres de la communauté a déjà débattu autour des enjeux de formations des professionnels. Les constats que nous en tirions portaient sur la nécessité de penser ces formations au niveau institutionnel pour instaurer une culture Rétablissement au sein des équipes. Sur la base des participants à la communauté du jour, force est de constater que des progrès restent à réaliser de ce point de vue.

Il (le concept de rétablissement) vient d'en haut dans les services et pour que ça redescende aux équipes c'est plus compliqué. Quand on questionne des équipes, on voit qu'elles ne connaissent pas le Rétablissement ou vaguement. Et malgré toute la bonne volonté des pairs aidants, ça ne pourra pas fonctionner sans réflexion d'équipe

Si le concept est mal compris, on peut penser que l'on fait mal son travail et s'installe alors un climat de méfiance

J'ai commencé dans un service nouveau, avec des personnes pas du tout favorables aux pairs aidants. Un environnement qu'on l'on pourrait dire adverse. Les gens ne prennent pas le temps de lire et de s'informer, on (les pairs aidants) arrive avec des notions nouvelles mais les gens n'ont pas que ça à faire.

Utiliser le savoir expérientiel d'une personne pour la première fois a été un vrai révélateur en tant que jeune professionnelle, mais aux yeux d'autres pros c'était super mal perçu