

FERREPSY - 01 / 06 / 18

Psychothérapie du syndrome d'épuisement professionnel en hôpital de jour de psychiatrie « Le Cèdre Bleu » à la Clinique des Cèdres

Mme Delphine Brioude

Psychologue - Docteur en Psychologie

Thérapies Comportementales et Cognitives
Maître de Conférences Associé en Psychologie de la Santé

dbrioude@capiro.fr

delphine.brioude@univ-tlse2.fr

Historique de l'hôpital de jour de psychiatrie « Le Cèdre Bleu »

- Création : janvier 2010 ; prises en charges de 3h ; ateliers variés
- Population accueillie : patients stabilisés (troubles anxieux et de l'humeur, troubles de la personnalité, addictions, psychoses...)
- Objectifs de l'hôpital de jour : éviter une hospitalisation, une réhospitalisation, maintenir le lien avec le milieu familial et/ou professionnel
- Groupe «psychopathologie et travail» : création en novembre 2011

Groupe «psychopathologie et travail»

1) Modalités pratiques, organisation :

- **Critères d'inclusion** : *burn out*, épisode dépressif en lien avec le travail.
- **Patients adressés par** : généralistes, psychiatres, médecins du travail ; sur prescription médicale.
- **RDV avec l'infirmière coordinatrice** : entretien d'accueil et d'information.
- **Liste d'attente**
- **Réunion pluridisciplinaire et élaboration du PPS** avec le Dr Picat, Médecin Psychiatre coordinateur
- **Synthèse de la PEC** envoyée au médecin adresseur à la fin de la PEC

2) Déroulement de la thérapie :

- **Objectifs** : prise de recul / travail, compréhension, utilisation de nouvelles stratégies d'adaptation, partage du vécu, préparation de la reprise...
- 6 à 8 patients par groupe environ
- **Niveau 1 et niveau 2** : 5 séances de 3 heures chacune, à raison d'une séance par semaine

3) Moyens thérapeutiques : techniques issues des TCC

- Niveau 1 :

verbalisation du vécu professionnel
psycho éducation du stress et de ses effets,
psycho éducation du *burn out*, de la dépression,
identification, analyse des stressseurs professionnels,
travail sur les stratégies d'adaptation,
réflexion sur la place du travail...

- **Niveau 2 : thématiques choisies par les patients lors de la première séance**

exemple de thèmes :

la reprise : critères, poser des limites, prendre soin de soi

la reconversion

l'estime de soi

relations « toxiques » : les repérer, se protéger

ADS et travail

travail / exigences élevées

équilibre : vie privée / travail

Evolution de l'activité

Les 2 premières années : majorité de patients ayant déjà été hospitalisés.

Par la suite : la tendance s'est inversée
patients adressés directement par généralistes, médecins du travail, psychiatres, AS de CPAM, DRH.

Nombre de patients pris en charge :

2011-2015 : 150

2016 à ce jour : 200

Merci de votre attention