



# Psychoéducation(s) dans les troubles de l'humeur

Formation à différentes approches de psychoéducation (ou éducation thérapeutique du patient) dans les différents troubles de l'humeur : trouble dépressif et/ou trouble bipolaire

## PERSONNES CONCERNÉES

Soignants en santé mentale : IDE, IDE en pratique avancée, Aides-soignants, ergothérapeutes..., médecins, psychologues. Autres professionnels de santé intervenant dans le champ de la santé mentale, pair-aidants.

## PRÉ-REQUIS

Une connaissance préalable des concepts principaux de l'éducation thérapeutique et des troubles de l'humeur est bienvenue.

Pour les pair-aidants : justifier d'un Diplôme d'université Pair-aidance ou Education thérapeutique.

## CONTEXTE ET POINTS FORTS

La psychoéducation fait partie intégrante des soins en santé mentale. Elle permet de rendre le patient acteur de ses soins, favorise l'observance et le sentiment d'efficacité personnelle, et renforce l'efficacité des autres thérapeutiques. Elle modifie aussi profondément la relation soignant-soigné, en mettant en avant les approches basées sur la collaboration.

Dans le domaine des troubles de l'humeur, qui sont caractérisés par une évolution persistante, il y a un besoin largement reconnu de proposer des programmes de psychoéducation, adaptés aux différents types de troubles de l'humeur, et aux différents stades d'évolution. Les services de soins sont fortement incités à mettre en œuvre des programmes d'éducation thérapeutique, mais souvent les formations proposées sont généralistes et ne sont pas adaptées aux spécificités de ces troubles. En effet, les soignant souhaitant mettre en œuvre ces programmes doivent faire face à l'instabilité des troubles, à la persistance fréquente de symptômes résiduels, aux difficultés de motivation, et doivent aussi prendre en compte les besoins de l'entourage et des familles.

### Points forts de la formation :

- > Une formation apportée par des cliniciens et des équipes avec une bonne expérience dans la psychoéducation dans les troubles de l'humeur
- > Des enseignements pratiques, basés sur des exemples concrets et des jeux de rôle
- > Un format et un style d'enseignement incarnant la psychoéducation
- > Des exemples de psychoéducation dans différents types et phases de troubles de l'humeur, déjà implémentés par les formateurs
- > Une applicabilité rapide des enseignements dans des services de soins

## COMPÉTENCES À L'ISSUE DE LA FORMATION

- > Décrire les bases de la psychoéducation
- > Décrire les différentes modalités de psychoéducation appliquées aux différents troubles de l'humeur
- > Comprendre les enjeux et besoins des patients avec trouble de l'humeur
- > Analyser les besoins dans sa pratique
- > Identifier l'auto-stigmatisation chez les patients et développer des stratégies pour y faire face
- > Construire un programme de psychoéducation ciblé par rapport à la demande
- > Mettre en œuvre un programme de psychoéducation pour patients avec dépression et trouble bipolaire
- > Implémenter des stratégies de régulation émotionnelle dans un programme de psychoéducation
- > Mettre en œuvre un programme de psychoéducation basé sur l'activation comportementale
- > Concevoir des interventions pour les familles

## PROGRAMME

- > Les bases de la psychoéducation
- > Quand et comment proposer un programme de psychoéducation
- > Besoins, écueils, forces à mobiliser
- > Programme de psychoéducation pour patients en phase dépressive : l'activation comportementale et le programme IDEM-dépression
- > Programme de psychoéducation pour patients avec trouble bipolaire : programmes existants et modèle du programme GET
- > Implémentation de stratégies de Thérapie Comportementale et Dialectique pour la régulation émotionnelle
- > Programme ciblant l'auto-stigmatisation
- > Impliquer les familles dans la psychoéducation
- > Le suivi psychoéducatif : comment maintenir les apports dans la durée ? Modèle de GET 2.0

## MÉTHODES ET RESSOURCES PÉDAGOGIQUES

Exposés, échanges de pratiques, illustrations de cas, jeux de rôle, mises en situation, analyse de problèmes. Des supports papier seront mis à disposition des participants.

## RESPONSABLES SCIENTIFIQUES

Luisa Weiner, Maître de Conférences en Psychologie Spécialité TCC, psychologue clinicienne (TCC et neuropsychologie).

Sébastien Weibel, Praticien Hospitalier, Pôle de Psychiatrie, Santé Mentale et Addictologie des Hôpitaux

Universitaires de Strasbourg

Courriel : weiner@unistra.fr

## ANIMATION

- > Enzo Lachaux, psychologue TCC,
  - > Lucile Domy, psychologue spécialisée en neuropsychologie,
  - > Saliha Derrouazi et Aude Terrade, soignantes et psychoéducatrices,
- du service de psychiatrie, Hôpitaux Universitaires de Strasbourg

### INTER ÉTABLISSEMENTS

**Durée : 4 jours**

**En 2024/2025 :**

Référence : JLE25-1352A

Du 27/03/2025

Au 28/03/2025

et

Du 22/05/2025

Au 23/05/2025

### Tarif

1500 €

Repas de midi pris en charge par les organisateurs

### Lieu

Université de Strasbourg -  
Service Formation Continue  
21 Rue du Maréchal  
Lefebvre  
67100 Strasbourg

**STAGE INTRA-ÉTABLISSEMENT : NOUS CONSULTER**

### Renseignements et inscriptions

Joëlle LABARRE

Tél : 03 68 85 49 23

Sauf le vendredi après-midi  
j.labarre@unistra.fr

### Nature et sanction de la formation

Cette formation constitue une action d'adaptation et de développement des compétences. Elle donne lieu à la délivrance d'une attestation de participation. Une évaluation en fin de formation permet de mesurer la satisfaction des stagiaires ainsi que l'atteinte des objectifs de formation (connaissances, compétences, adhésion, confiance) selon les niveaux 1 et 2 du modèle d'évaluation de l'efficacité des formations Kirkpatrick.