

## Définitions du rétablissement

Le Dr Alexis Erb, psychiatre au centre hospitalier de Rouffach, en donne la définition et les caractéristiques suivantes puisées dans « Operational criteria and factors related to recovery from schizophrenia. Int Rev Psychiatr 2002 : *« Le rétablissement se définit par la combinaison de plusieurs dimensions et un axe temporel :*

- **Dimension clinique** = symptomatologie. Score  $\leq 4$  dans chaque critère de l'échelle BPRS (Brief Psychiatric Rating Scale)
- **Dimension fonctionnelle** = au moins la moitié du temps consacré à une activité scolaire ou professionnelle, gestion relativement autonome des médicaments et des finances, contacts sociaux au moins une fois par semaine
- **Dimension physique** : bonne santé perçue
- **Axe temporel** = critères précédents remplis pendant au moins 2 années consécutives

*La rémission symptomatique est une condition nécessaire mais non suffisante au rétablissement. Le rétablissement ne se superpose pas à la guérison de la maladie, ni même à la rémission des symptômes ou au retour au fonctionnement antérieur à l'apparition du trouble. »*

*« C'est une démarche personnelle et unique, visant à changer l'attitude, les valeurs, les sentiments, les objectifs, les capacités et/ou les rôles de chacun. C'est la façon de vivre une vie satisfaisante et utile, où l'espoir a sa place malgré les limites imposées par la maladie. Pour guérir, le malade doit donner un nouveau sens à sa vie, et passer outre aux effets catastrophiques de la maladie mentale ». » Pr William Anthony*

Marie Koenig, psychologue clinicienne, maître de conférences à l'université Paris 8, en a donné la définition suivante, lors du Colloque Mieux croisés du Psycom - La Guérison des maladies psychiques organisé le 23 novembre 2017 : *« Le concept de recovery est issu à la fois du mouvement des droits civiques et de démarches collectives d'usagers de la médecine désireux de s'affranchir de la médecine, comme les alcooliques anonymes. À partir des années 1990, des « survivants de la psychiatrie » ont aussi revendiqué le droit au rétablissement c'est à dire à une vie satisfaisante et autonome et de sortir de l'identité de malade mental pour acquérir les droits de tout citoyen. »*

A ce même colloque le Professeur Alain Ehrenberg, ex-président du Conseil National de Santé Mentale et psychiatrie, directeur de recherche émérite du CNRS, a précisé: *« Les traitements se sont adaptés à cette évolution avec les approches en termes de rétablissement qui intègrent les principes d'adaptation à la société et de relativité des pathologies. Il s'agit désormais de développer les capacités individuelles le plus largement possible. Alors qu'un malade stabilisé était invité autrefois à s'adapter seul à la société, aujourd'hui on le prépare à développer sa capacité d'adaptation. Le rétablissement accompagne l'individu et travaille avec lui à cela en valorisant ses capacités. Il s'agit de l'aider à construire une ligne de vie. »*

## Facteurs favorisant le rétablissement

Le Dr Alexis Erb les décrit ainsi :

- Des structures sanitaires accompagnantes : hôpitaux de jours, CMP, CATTP, CESAME, des praticiens formés (psychiatres, psychologues, neuro-psychologues, infirmiers (psy/IAD), psycho-motriciens, médecins de famille, pharmaciens, ergothérapeutes, VAD, UMES, médiateurs de santé pairs)
- Des hébergements et logements accompagnés : foyers thérapeutiques, centres d'accueil, appartements thérapeutiques, baux glissants
- Un accès au travail via des institutions visant la réadaptation par le travail : Etablissements et Services d'Aide par le Travail (ESAT), entreprises adaptées, des aides à la recherche d'emploi, à la ré-

orientation.

- *Des aides juridiques et économiques : allocation aux adultes handicapés (MDPH), mesures de protection (tutelle, curatelle), invalidité.*
- *Des accompagnants dans la vie sociale : assistants sociaux, SAVS (Services d'aide à la vie sociale) et SAMSAH (Service d'accompagnement médico-social pour adultes handicapés) si nécessaire.*
- *Un tissu social accueillant : associations, GEM (Groupes d'entraide mutuelle)*

### La proportion des malades susceptibles de parvenir au rétablissement croit.

Elle a été évaluée par plusieurs études :

- 20 à 30% pleinement rétablis (40 à 60% partiels) (Hopper et al 2007)
- 40 % (AlAqeel et al Harv Rev Psychiatry 2012)
- 13,5 % = 1/7 (Jääskeläinen et al Schizophr Bull 2013)
- 37.9% (25.2% en utilisant les critères les plus strictes) sur 7,2 ans (Lally et al, British Journal of Psychiatry, 2017)

Les personnes atteintes de troubles psychiques ayant atteint un degré satisfaisant de « rétablissement » sont souvent à même de vivre une vie professionnelle normale ou d'être autrement utile à la société.

On peut citer ici le développement actuel des **emplois de « pair-aidants »** dans les domaines médical et médico-social, qui s'inscrit dans la dynamique actuelle du rétablissement.

Le site Internet du programme québécois *Pairs Aidants Réseau* témoigne : « *Leurs compétences résident dans leur **savoir expérientiel de la maladie**, dans leur parcours de rétablissement complétés par une formation universitaire spécifique. [...] Le médiateur de santé-pair est un membre du personnel qui, dans le cadre de son travail, divulgue qu'il vit ou qu'il a vécu un trouble mental. Le partage de son vécu et de son histoire de rétablissement a pour but de redonner de l'espoir, de servir de modèle d'identification, d'offrir de l'inspiration, du soutien et de l'information auprès de personnes qui vivent des situations similaires à celles qu'il a vécues. En partageant ainsi son vécu de la maladie psychique et plus spécifiquement son parcours de rétablissement, l'intervention du médiateur de santé-pair peut contribuer à **favoriser l'alliance thérapeutique** des patients avec les équipes soignantes ou encore à renforcer la confiance en soi des personnes concernées, les aidant ainsi dans la gestion de leur maladie et de leurs traitements.*»

En France, un programme national expérimental « Médiateur de santé-pair » est porté par le Centre collaborateur de l'Organisation mondiale de la Santé pour la recherche et la formation en santé mentale (CCOMS) en partenariat avec les Agences régionales de santé d'Ile-de-France, PACA et Nord-Pas-de-Calais, dans 15 établissements pour l'accueil en formation de 30 médiateurs. (site CCOMS 2020)

Compléments d'information :

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/sante-mentale-maladie-mentale/troubles-psychotiques/msg/3/#c34503>