

Pistes de réflexion sur la mise en place de groupes thérapeutiques en SSM

Introduction

Afin de répondre au mieux aux demandes diverses qui leur sont adressées et d'élargir l'offre qu'ils proposent, de plus en plus de Services de Santé Mentale développent des approches thérapeutiques de groupe. Un groupe de travail nommé GTR (Groupe Thérapeutique en Réseau) s'est réuni mensuellement depuis février 2003, avec le soutien de la Région wallonne, pour mener une réflexion sur ce type de dispositif. L'IWSM¹, sollicité par le GTR, a réalisé un travail d'élaboration visant à mettre en évidence des conditions de mise en œuvre des groupes thérapeutiques en SSM².

Le travail se poursuit dans le cadre du CRéSaM, avec la réalisation, en 2014, d'un sondage destiné à effectuer un état des lieux des pratiques de groupe développées aujourd'hui en SSM, élaboré à partir de la synthèse du GTR².

Sur base des résultats de ce sondage et des éléments récoltés lors de leur présentation à un groupe de répondants ainsi qu'au GTR, le CRéSaM propose ici quelques balises aux SSM qui souhaitent développer une pratique de groupe ou mener une réflexion à ce propos.

Les différents points repris ci-dessous restent indicatifs et ne sont certes pas exhaustifs. Par ailleurs, le processus est évolutif et le groupe s'élabore aussi bien en amont de la mise en place du dispositif que dans le décours de sa mise en œuvre.

Contexte

Sur base des PSSM 2012 disponibles au CRéSaM³, 22 SSM correspondant à 38 équipes⁴ proposent, ont proposé ou envisagent de mettre sur pied ce type de prise en charge en Région wallonne. Cela correspond à 75 pratiques de groupe, réparties comme suit selon l'actualité du projet et le public visé.

Actualité du projet (en 2012)	Nombre de SSM qui proposent une pratique de groupe	Nombre de pratiques de groupe
Actuellement	23	37
En perspective	10	15
Arrêt	8	12
Sans information	6	11

¹ Institut Wallon pour la Santé Mentale (dont la plupart des activités sont aujourd'hui reprises par le CRéSaM)

² Disponible sur <http://www.cresam.be/IMG/pdf/gtrsynthese2010.pdf>

³ Correspondant à 42 SSM sur les 65 SSM agréés.

⁴ Sièges et initiatives spécifiques.

Total	38 (certains SSM se retrouvant dans plusieurs catégories)	75
--------------	--	-----------

Public visé	Total
Adultes	37
Parents/enfants	4
Adolescents	4
Enfants	20
Sans information	10
Total	75

La majorité des groupes, qu'ils soient à l'arrêt ou toujours d'actualité, ont été créés entre 2008 et aujourd'hui.

Remarque : ont été recensées toutes les pratiques de groupe, quels que soient les objectifs visés ou les méthodologies utilisées, excepté les pratiques de groupe mises en place dans les clubs thérapeutiques reconnus par le Région wallonne. Ces derniers font par ailleurs l'objet d'un travail spécifique mené au CRéSaM.

Etapes d'élaboration d'un groupe thérapeutique

La mise sur pied d'un nouveau groupe thérapeutique en SSM nécessite un temps préalable d'élaboration qui permettra de définir le sens du travail de groupe au sein du SSM. Comme nous allons le voir, la mise en place d'un groupe thérapeutique implique l'ensemble du SSM.

1) Place des groupes thérapeutiques dans l'organisation du SSM

Le groupe est une activité du SSM et sa mise en place implique l'ensemble du service. Il est donc important qu'il soit pensé en équipe, avant et pendant l'élaboration du dispositif. Il est souhaitable pour les animateurs d'avoir une enveloppe institutionnelle suffisamment positive par rapport à leur projet. Ce point sera détaillé tout au long de la synthèse.

La place accordée au groupe thérapeutique au sein du SSM peut se traduire de différentes façons : par le soutien du PO et de l'équipe aux animateurs ; par le temps accordé aux animateurs en réunion d'équipe, pour l'élaboration du projet et pour son suivi (préparation de la séance, débriefing, évaluation, formations,...) ; par le budget alloué aux animateurs en termes de matériel, de formation et de personnel.

L'adhésion et le soutien de l'équipe sont indispensables pour les animateurs ; ceux-ci ont besoin de se sentir légitimés dans leur projet. Bénéficier du soutien de l'équipe demande aux animateurs de pouvoir expliquer leur projet, susciter l'intérêt des collègues et tenir compte des résistances qui peuvent se manifester au sein de l'équipe.

Il semble important que les pratiques de groupes thérapeutiques soient également pensées en lien avec la philosophie de travail au sein du SSM et que les repères théorico-cliniques soient partagés par l'équipe, qu'elles trouvent également bien leur place parmi les activités du service.

Enfin, il est important que le dispositif de groupe (y compris le temps de préparation, de débriefing et d'évaluation) soit repris dans le PSSM et reflété dans le rapport d'activités du SSM via un encodage de l'activité.

2) Le public-cible

Afin de déterminer à quel type de public la pratique de groupe s'adresse, il est intéressant que le SSM mène une réflexion autour des questions suivantes (notamment en lien avec l'élaboration du PSSM) :

- Quelles sont les réponses les plus adaptées aux besoins identifiés dans l'environnement du SSM ?
- Comment tenir compte des caractéristiques de la population consultante ? Quelle serait la plus-value d'un groupe thérapeutique par rapport à l'offre de soin actuelle du SSM ? Quels sont les apports d'un groupe thérapeutique ?
- Le groupe thérapeutique s'adresse-t-il uniquement aux usagers du SSM ? Au contraire, s'agit-il de rendre le groupe visible afin de recruter de nouveaux usagers ?
- Pour quels publics envisager un dispositif de groupe ?

Il est important aussi de bien situer les indications pour une prise en charge de groupe qui soient des indications en soi, et non par défaut lorsque tout le reste a échoué.

Les réponses à ces questions auront un impact sur le recrutement des personnes pour le groupe (voir point 4. ci-dessous).

3) La méthodologie

Comme pour toute autre modalité de prise en charge, la mise en place d'un groupe implique de déterminer une méthodologie, en répondant notamment aux questions suivantes :

- Quels sont les finalités et objectifs poursuivis à travers la pratique de groupe ? Quelle en est la portée thérapeutique attendue ?
- Quelle orientation théorique pour le groupe (art-thérapie, psychodrame, ...) ?
- Les animateurs utilisent-ils un média ? Un support ? Le(s)quel(s) ?
- Quelle formation de base ? Pour quel type de groupe ? Faut-il engager un profil spécifique pour animer le groupe ? Comment utiliser au mieux les ressources et compétences de l'équipe ?
- Quelle procédure d'admission ? Par exemple : réflexion en équipe autour de l'introduction d'un nouveau membre, entretien avec le(s) animateur(s), etc.
- Quel est le contenu des entretiens d'admission : sensibilisation au dispositif de groupe, informations sur les objectifs, engagement du participant dans le groupe, ... ?
- Comment s'envisage l'évaluation du groupe ? (Point développé p.5).

4) Recrutement et visibilité

La question du recrutement est en étroite relation avec la définition du public-cible, défini en réponse à un besoin observé, au sein de la population consultante du SSM ou dans l'environnement du service.

Pour recruter les membres du groupe, il est important de pouvoir susciter l'intérêt des collègues (principaux envoyeurs selon le sondage) ainsi que, si le groupe s'adresse à des personnes ne fréquentant pas le SSM, le réseau et les partenaires. La sensibilisation au dispositif de groupe s'inscrit dans une démarche de visibilité. Au plus l'équipe, le réseau et les partenaires auront été sensibilisés au dispositif, au plus il leur sera facile d'adresser leurs patients au groupe quand cela s'avère pertinent.

- Rendre le groupe visible et susciter l'intérêt prend du temps au sein du SSM comme à l'extérieur. Pour cela, la motivation et l'implication des animateurs sont essentielles : ce sont eux qui portent le groupe.
- Au sein du SSM, il peut être utile de prévoir plusieurs moments pour présenter le groupe, de mettre à disposition un document écrit reprenant le descriptif du groupe, de prévoir des temps d'échanges, etc... La sensibilisation de l'équipe permet également de renforcer l'enveloppe institutionnelle pour ces pratiques.
- A l'extérieur, la promotion du groupe nécessite parfois de se mettre dans une démarche proactive, en se rendant par exemple dans les lieux de concertation, ou en élaborant des affiches et folders, ...

Les démarches de recrutement et de visibilité sont à mettre en tension avec la dynamique de groupe recherchée :

- Comment ne pas être débordé par un afflux de candidats auxquels il n'est pas possible de répondre favorablement, tout en garantissant un nombre suffisant de participants ?
- Comment veiller à l'équilibre interne du groupe ?
- Comment garantir la présence régulière des usagers, leur implication, notamment à travers les éléments abordés dans les entretiens d'admission ?
- Comment garantir l'enveloppe du groupe malgré les absents ?

5) Cadre du groupe

Le cadre est variable selon les animateurs, les services, le type de groupe envisagé. La définition du cadre est également en étroite relation avec les ressources dont dispose le SSM. Par exemple, une petite équipe aura plus de difficultés à dégager deux animateurs pour le groupe ; ou encore, l'espace disponible peut influencer sur la taille du groupe.

Quelques éléments à définir au préalable :

- Le nombre minimum et maximum d'usagers attendus pour que les objectifs du groupe puissent être rencontrés, compte tenu également de la capacité du local ou du nombre d'animateurs (selon le sondage, de 2 à 3 usagers, jusque 10).
- Les animateurs du groupe suivront-ils leurs patients également en individuel ?
 - Il s'agit là d'un choix à poser en équipe.

- Quelques points d'attention lorsque cette double prise en charge est envisagée : Comment différencier les deux cadres thérapeutiques ? Comment assurer la confidentialité ? Que faire avec d'éventuelles affiliations particulières sollicitées par l'utilisateur ?
- Si les animateurs du groupe suivent certains participants en individuel, il y aura aussi un impact en termes de disponibilité des thérapeutes. Il faut donc tenir compte de la taille de l'équipe.
- Certains SSM optent temporairement pour l'un des deux suivis lorsque l'animateur est également le thérapeute de l'utilisateur qui intègre le groupe.
- Quelle ouverture pour le groupe ?
 - Outre les groupes ouverts ou fermés, d'autres alternatives existent :
 - Groupe ouvert au début de la session et puis fermé après quelques séances ;
 - Groupe ouvert mais il est demandé aux personnes de s'engager pour une durée déterminée ;
 - Ouverture négociée : l'introduction d'une nouvelle personne se fait uniquement après discussion entre les animateurs et le groupe.
 - Quels sont les impacts de ces choix ? au niveau de la taille et de l'équilibre du groupe, compte tenu de la régularité des participants ? au niveau des délais d'attente pour intégrer le groupe (tant pour l'utilisateur que pour l'envoyeur) ?
- Quelle durée et quel découpage des séances (existe-t-il un temps d'accueil ? une pause ? un moment pour conclure ? des rituels ?) ?
- Quelles sont les règles internes de fonctionnement ? Respect, confidentialité, engagement (nécessité de participation à chaque séance ? Nombre de séances envisagées, ... ?) Par qui sont-elles définies ? Les animateurs, le groupe, ... ? Comment seront-elles diffusées ? Via un affichage ? Un rappel à chaque séance ? Quand cela s'avère nécessaire ?
- Quelles sont les modalités d'animation ?
 - Nombre d'animateurs ?
 - Rôles éventuels : observateur, commentateur, animateur, ... ?
 - Comment tenir compte des attentes, des représentations, du mode de fonctionnement de chacun des animateurs, de l'histoire du groupe (par exemple si d'autres animateurs l'ont assuré précédemment), ...

La pratique de groupe demande un investissement et un engagement de la part des animateurs : préparation et mise en place du groupe, préparation de la salle, débriefing (prise de notes, évocation de la séance, de la dynamique du groupe, de l'évolution des participants, ...), organisation de la co-animation, évaluation, échanges, formations.... Cet investissement implique le SSM quant au temps qu'il mettra à disposition des animateurs et à l'encodage de ces temps de travail.

- Le choix du local et son aménagement éventuel : prévoit-on par exemple des espaces différenciés pour la parole et pour le jeu ? Si le local est utilisé à d'autres fins (réunions d'équipe, ...), quels changements apporter pour s'approprier le local et le différencier d'autres fonctions ?

- Le paiement
 - Quel est le sens du paiement ?
 - A qui sera-t-il effectué ? au secrétariat ou aux animateurs ?
 - Quel montant ? Gratuité possible ?
 - Paiement par séance ou par forfait ?
- Qu'est-ce qui est fait du matériel issu du groupe ?
- Quelle articulation éventuelle avec un autre cadre thérapeutique dont bénéficie l'utilisateur ?
- ...

6) Le temps de l'évaluation

Le processus d'évaluation permet d'ajuster au mieux la pratique de groupe aux besoins de la population qui en bénéficie.

Cette évaluation peut avoir lieu :

- Avec le groupe (à chaque fin de séance, en fin de session, via un questionnaire, ...).
- Entre les animateurs
- Avec l'équipe

L'évaluation peut porter sur le groupe et sa dynamique, sur l'évolution des participants, sur la dynamique de co-animation, ...

L'équipe constitue également une ressource pour les animateurs par rapport à l'évaluation du groupe, mais aussi pour enrichir une réflexion autour de problématiques rencontrées dans la pratique de groupe.

L'évaluation du groupe peut également prendre la forme de partage des difficultés en supervisions, interventions, etc.

Conclusion

Outre les balises et pistes de réflexion développées dans ce document, les différents échanges autour du sondage réalisé ont également mis en lumière le fait que le groupe thérapeutique et le travail en individuel constituent des modalités de prise en charge différentes qui peuvent être complémentaires ; le groupe ne remplace donc pas le suivi individuel. Il convient aussi d'avoir à l'esprit que la mise en place d'une pratique de groupe nécessite un temps de travail conséquent de la part des animateurs, ce qui signifie qu'elle ne permet pas de « désengorger » le SSM, contrairement à ce qu'on pourrait penser.

Par ailleurs, le rôle de l'animateur et sa manière de penser le groupe sont essentiels pour que le groupe ait toutes ses chances de produire des effets thérapeutiques.

Enfin, la pratique de groupe nécessite de la souplesse et de la créativité de la part des animateurs : leurs facultés d'adaptation sont constamment mises à l'épreuve, notamment du fait que la dynamique du groupe est souvent très changeante.
