

# TOI EMOI !

Programme thérapeutique de psychoéducation :

Vie Affective et Santé Sexuelle



# CONTEXTE NATIONAL

A ce jour, la santé sexuelle devient un enjeu national.

En s'appuyant sur la **Stratégie Nationale de Santé Sexuelle – Agenda 2017-2030**, nous pouvons agir pour répondre à **l'Axe IV** : Répondre aux besoins spécifiques des populations vulnérables par **l'Action n°19** :

*Promouvoir la santé sexuelle des personnes vivant avec des troubles psychiques, prises en charge par les équipes sanitaires, sociales ou médico-sociales.*

# CONTEXTE NATIONAL

**Santé sexuelle** - l'OMS (2006) met d'abord l'accent sur une approche positive de la sexualité comme une source d'épanouissement :

*« ... un état de bien-être physique, mental et social eu égard à la sexualité, qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie, de dysfonctionnement ou d'infirmité. La santé sexuelle s'entend comme une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, [...] Pour que la santé sexuelle soit assurée et protégée, les droits sexuels de toutes les personnes doivent être respectés, protégés et appliqués ».*

# CONTEXTE INSTITUTIONNEL



L'offre de soins psychoéducatifs est riche au sein du Centre Référent de Réhabilitation Psychosociale (C2RB) du Centre Hospitalier La Chartreuse (CHLC) de Dijon.

Notre réflexion est née à partir des plaintes des personnes recevant des soins au sein du C2RB.

Ce programme de psychoéducation dit transversal, est proposé en seconde intention.

# POPULATION CIBLE

- Personne recevant des soins au sein du C2RB, Filière Intervention Précoce
- Trans diagnostique
- De 15 à 25 ans

## Critères d'inclusion :

Personne présentant des difficultés et/ou des risques de mise en danger dans les relations à l'autre,

Personne ayant des plaintes sur le plan de la vie affective et/ou sur la santé sexuelle.

## Critère d'exclusion :

Décompensation psychique aigüe.

# LES MODALITES

➤ Bilan Educatif Partagé initial :

Objectifs déterminés par la personne

Engagement écrit, signé par la personne

Evaluations psychométriques :

- **Bien être mental** : WEMWBS (Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale) - Warwick-Edinburgh – Traduction de Nicolas Franck
- **Estime de soi** : SERS - (Self Esteem Rating Scale) - Nugent et Thomas, 1993
- **Qualité de vie** : S-QoI

# LES MODALITES

- 1 séance de 1h30 hebdomadaire
- 10 séances ( 7 séances communes et 3 optionnelles)
- Invités experts (sage femme, médecins psychiatre ...)
- Bilan de fin de session
- Evaluation individuelle du programme

# LES OBJECTIFS

- Identifier l'estime de soi comme le socle d'une vie affective/sexuelle saine,
- Déstigmatiser la vie affective et la santé sexuelle,
- Promouvoir la santé sexuelle dans toute sa bienveillance,
- Améliorer la connaissance anatomique et biologique humaine,
- Améliorer la qualité de vie psychique,
- Améliorer le bien-être psychique,
- Libérer la parole pour oser poser des questions sur la vie affective et la santé sexuelle,
- Diminuer les facteurs de risque lié aux médias,
- Faciliter l'accès à l'information et aux soins dans la cité,
- Favoriser l'engagement dans les soins et l'empowerment,
- Être dans un processus de rétablissement.

# LE PROGRAMME

**Séance 1** : Présentation, définitions & orientations sexuelles

**Séance 2** : Rappels anatomiques

**Séance 3** : Emoi, où j'en suis ?

**Séance 4** : Le consentement

**Séance 5** : Les médias

*Optionnelle* **Séance 6** : La sexualité et les traitements psychotropes

**Séance 7** : VIH & Les infections sexuellement transmissibles

*Optionnelle* **Séance 8** : Les méthodes contraceptives & l'IVG

*Optionnelle* **Séance 9** : La grossesse & la parentalité

**Séance 10** : Vers qui me tourner ?

# LES AVANTAGES



- Petit groupe : climat sécurisant
- Utilisation de supports pédagogiques diverses
- Tâches à domicile créatives
- Modules optionnels
- Intervention de membres experts
- Construction, réflexions constantes pour faire évoluer le programme

# LES RESULTATS PRE & POST

## Evaluation de l'estime de soi – Echelle SERS

	M.		E.		C.		N.		L.		C.	
	avant	après	avant	après	avant	après	avant	après	avant	après	avant	après
<b>Pensées positives</b>	45	<b>49</b>	55	<b>57</b>	13	<b>14</b>	34		39		46	
<b>Pensées négatives</b>	-21	<b>-14</b>	-20	<b>-14</b>	-60	<b>-41</b>	-48		-45		-60	
<b>TOTAL</b>	24	<b>35</b>	35	<b>43</b>	-47	<b>-27</b>	-14		-6		-14	

## Evaluation du bien-être mental – Echelle WEMWBS

	M.		E.		C.		N.		L.		C.	
	avant	après	avant	après	avant	après	avant	après	avant	après	avant	après
<b>Bien être mental</b>	57	<b>59</b>	53	<b>56</b>	26	<b>33</b>	35		40		36	

# LES RESULTATS PRE & POST

## Evaluation de la qualité de vie – Echelle S-QOL

	M.		E.		C.		N.		L.		C.	
	avant	après										
Vie sentimentale	50	75	62,5	87,5	0	0	37,5		37,5		0	
Estime de soi	75	75	75	75	0	12,5	0		0		0	
Relations avec la famille	100	100	75	87,5	25	50	25		37,5		50	
Relations amicales	75	75	62,5	75	12,5	12,5	75		37,5		0	
Autonomie	87,5	75	50	75	25	25	0		37,5		0	
Bien-être psychologique	25	16,6	33,33	58,33	83,3	58,33	41,66		83,33		75	
Bien-être physique	75	100	62,5	50	12,5	25	50		12,5		0	
Résilience	100	66,6	58,33	75	25	25	66,66		25		0	
Score total	73,44	72,92	59,89	72,92	22,92	26,04	43,23		33,85		15,63	

# LES PROJETS



- Demande de labellisation ETP auprès de l'ARS Bourgogne-Franche-Comté
- Création d'un plan de bien être sur la vie affective et la santé sexuelle
- Ouvrir à un public plus large

MERCI  
DE VOTRE  
ATTENTION

