



Association Hospitalière  
SAINTE-MARIE

COMMUNIQUE DE PRESSE  
22 juillet 2020

## Maitrise ta Psy, parcours ta santé, un jeu psycho-éducatif pour permettre au patient d'être acteur de sa santé

**Privas, le 22 juillet 2020 – Deux soignants du Centre Hospitalier Sainte-Marie Privas, établissement de l'Association Hospitalière Sainte Marie (AHSM), acteur majeur de la psychiatrie en territoire, ont créé un jeu psycho-éducatif pour encourager les patients à être acteur de leur santé.**

En 2018, Annouk Quilichini et Brice Hermite, soignants au CATTP\* de réhabilitation psychosociale de Montélimar, établissement Sainte-Marie Ardèche-Drôme, créé avec l'équipe de la structure et les patients accueillis un jeu de questions / réponses pour permettre d'être acteur de sa santé. Pourquoi ? Ce jeu est né d'un constat : dans le CATTP, les patients sont en grande demande de parler de leur hospitalisation, de leurs traitements, des difficultés qu'ils rencontrent, des diagnostics, mais sont « lassés » de le faire lors d'entretien en face à face avec des acteurs de soins. C'est la phrase d'un d'entre eux qui va lancer le projet : « L'apprendre dans un livre et le vivre, ce ne sera jamais la même chose ».

Ce jeu a été pensé pour encourager le pouvoir d'agir (empowerment), favoriser le rétablissement et ainsi permettre au patient de mieux vivre avec sa maladie. Cela fait désormais deux ans que les équipes du CATTP s'en servent pour animer des groupes de parole, avec des retours très positifs. Et aujourd'hui, grâce à du financement participatif (campagne de crowdfunding) et au soutien du Fonds Sainte-Marie, le jeu a pris vie.

Après avoir été prototypé en 2019 et testé « au réel » dans des structures du groupe et partenaires : Hôpitaux de Jour, résidence accueil, centre social, Institut de formation, une version définitive doit sortir en septembre 2020. Cet outil de réhabilitation psychosociale déjà plébiscité par des professionnels du secteur qui souhaitent l'utiliser, soit dans le cadre d'atelier avec les usagers, soit dans le cadre de formation à la réhabilitation psychosociale, sera disponible au grand public sur réservation dès la rentrée 2020.

La boîte de jeu comprend :

- 1 plateau de jeu
- 50 cartes « Vrai ou faux »
- 50 cartes « Questions ouvertes »
- 40 questions « définitions »
- 2 pions et un dé
- 1 livret Règles du jeu et Réponses de 32 pages.

Dans chaque boîte de jeu, une dizaine de cartes vierges sont mises à disposition afin de poursuivre collaborativement l'écriture des questions entre soignants et soignés. Ces questions pourront être ajoutés aux questions déjà existantes dans une version améliorée du jeu ou dans des extensions si le nombre est conséquent. Ce jeu se veut être un outil collaboratif permettant un perpétuel échange de savoir au sein de la psychiatrie, au profit de la réhabilitation psycho-sociale.

**En savoir plus : <http://www.ahsm.eu/maitrisetapsy> / [maitrisetapsy@ahsm.fr](mailto:maitrisetapsy@ahsm.fr)**

\*Centre d'accueil thérapeutique à temps partiel

## GENESE DU JEU

« Le CATTP a ouvert ses portes en janvier 2018. Nous sommes rattachés au Centre Hospitalier Sainte-Marie Privas, lui-même établissement de l'Association Hospitalière Sainte-Marie\*. 3 infirmiers à 100% et les autres professionnels à 0.1/0.2% (cadre, psychologue, psychiatre, secrétaire). L'idée est là, la forme non. Nous devons tout créer !

Les premiers ateliers que l'on propose sont basés sur nos compétences, il faut bien un début. Très vite les premiers patients apportent leurs propres idées et nous décidons de suivre leurs propositions. Toute l'équipe est partante. Tous les 6 mois, nous changerons d'ateliers selon les besoins et envies des patients.

Été 2018, nous animons un groupe « confiance » et beaucoup du vécu de la maladie est abordé pendant ces séances sans que cela soit prévu à cet effet. Après discussion, il s'avère que les patients sont en grande demande de parler de leur hospitalisation, traitements, difficultés, diagnostics mais sont lassés de le faire lors d'entretien avec différents acteurs de soins. Un patient nous dit la phrase qui va lancer le projet : « L'apprendre dans un livre et le vivre, ce ne sera jamais la même chose ».

La proposition est faite la semaine d'après : chaque patient et professionnel devra lister un maximum de question restée sans réponse sur n'importe quel moment du parcours soin. Tout le mois d'août nous cherchons avec eux, des débuts de réponses à travers des articles, des blogs, des livres. Une vraie alliance thérapeutique se créer. Le savoir est partagé, l'échange est fluide, l'expérience vaut son pesant d'or.

Très vite l'idée que ces « questions-réponses » soient dites de manière ludique paraît évidente. Nous cherchons alors à travers les jeux de société commercialisés la forme qui correspondrait le plus. Le plateau sera sous forme d'un jeu de l'oie à la seule différence que l'ensemble des participants formera une seule et unique équipe. Pas de perdant à ce jeu, on est là pour apprendre et partager !

Le principe est simple : à chaque case on doit répondre à une question. Une seule réponse est attendue de la part de l'équipe. Si cela est juste, le dé est relancé. Si cela est faux, le pion du plateau de jeu avance. Pas « d'adversaire » réel, pas de pression, pas de comparaison.

Après quelques mois nous détenons plus d'une centaine de questions qui abordent autant le sanitaire que le social : le rôle des différents acteurs de santé, des structures, des unités, des aides, ... Les différentes pathologies, symptômes, traitements, effets secondaires, soins, décisions médicales... les facteurs de risques, les idées suicidaires, les difficultés sexuelles, mise sous tutelle, chambre d'isolement... L'éventail est large, la quantité d'informations importante. Le titre est enfin trouvé :

**Le jeu s'appellera « Maîtrise ta psy : parcours ta santé ». »**

Annouk Quilichini et Brice Hermite