



Groupe de préparation et d'aide à l'arrêt du tabagisme en milieu psychiatrique et addictologique

DIU Accompagnement et aide au sevrage tabagique

DR MORGANE RUDE-BACHE
MEDECIN TABACOLOGUE

CHU CLERMONT-FERRAND, DISPENSAIRE EMILE ROUX

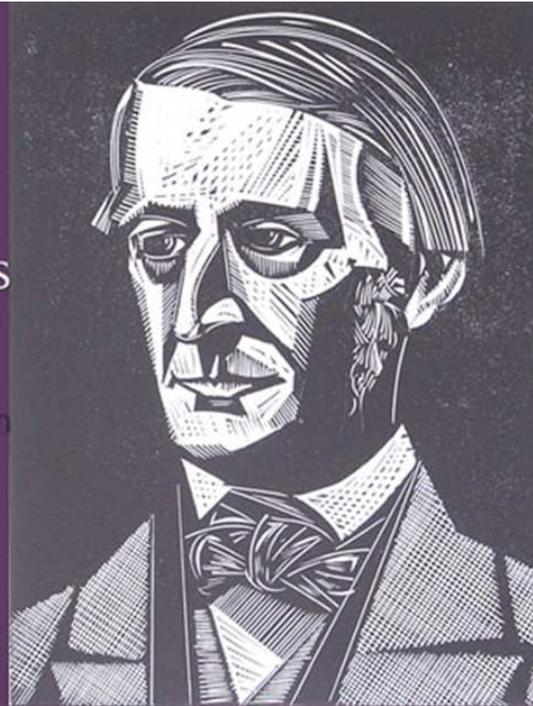
Apprentissage par l'expérience

Mise en place d'un groupe de préparation et d'aide à l'arrêt de l'usage du téléphone en ambulatoire

“
Les gens
ne voient que
ce qu'ils sont préparés
à voir.”

R.W. Emerson

parcoursduloupblanc.com



Efficacité ?

Document généré le 15 mai 2022 16:15

Drogues, santé et société

Les interventions efficaces pour aider les fumeurs à renoncer au tabac

Effective interventions to help smokers give up tobacco

Intervenciones eficaces para ayudar a los fumadores a renunciar al tabaco

Michèle Tremblay et Mohamed Ben Amar



**DROGUES,
SANTÉ ET
SOCIÉTÉ**

Tabac et tabagisme

Volume 6, numéro 1, 2007

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/016949ar>

DOI : <https://doi.org/10.7302/016949ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Drogues, santé et société

ISSN

1703-8839 (imprimé)

1703-8847 (numérique)

Résumé de l'article

Plusieurs interventions favorisant l'abandon du tabac ont été démontrées efficaces et elles sont essentielles à tout programme populationnel qui vise à réduire la morbidité et la mortalité liées aux problèmes de santé engendrés par la fumée de tabac. De telles mesures font partie de la Convention-cadre pour la lutte anti-tabac de l'Organisation mondiale de la Santé : réglementation, politiques fiscales, élimination du commerce illicite, éducation du public, etc. Parmi les nombreuses dispositions contenues dans ce traité, on retrouve également des actions visant la protection du sevrage tabagique et le traitement adéquat de la dépendance au tabac par les professionnels de la santé. En effet, le tabagisme est responsable de plus de 40 pathologies et 50 % des fumeurs chroniques meurent prématurément de maladies liées à l'usage du tabac, perdant en moyenne une dizaine d'années de vie. Ainsi, les bénéfices de l'arrêt du tabagisme sur la santé sont considérables. L'objet de cet article est de dresser la liste des interventions disponibles pour aider les fumeurs à renoncer au tabac, les décrire et faire le point sur leur efficacité.

Groupes à visée thérapeutique

S'inscrivent complémentirement dans la définition de la **promotion de la santé** de la Charte d'Ottawa :

⇒ l'offre d'accompagnement en groupe à visée thérapeutique

⇒ l'accompagnement individuel

Thérapies individuelles + thérapies de groupe + groupes d'entraide se complètent

⇒ taux de réussite > (abstinence et de maintien de l'abstinence)

! Les thérapies de groupe ne sont pas considérées comme des traitements de référence par tous les programmes de soins!

Objectifs des groupes à visée thérapeutique

Améliorer, accroître, développer, favoriser, instaurer, ré-entraîner, réadapter ou restaurer :

- Son émancipation, **son autonomie**
- Ses **capacités** relationnelles, physiques, créatives, **psychiques, cognitives**
- Son image **corporelle** et son estime de soi, sa **sensorialité**
- Ses **habiletés** et **compétences psychosociales**
- Sa **connaissance des conduites addictives et des modalités d'accompagnement**
- La motivation au changement
- La compétence d'acquérir des réflexes de santé positifs
- **Sa qualité de vie**
- Son repositionnement spatio-temporel.

Animation du groupe

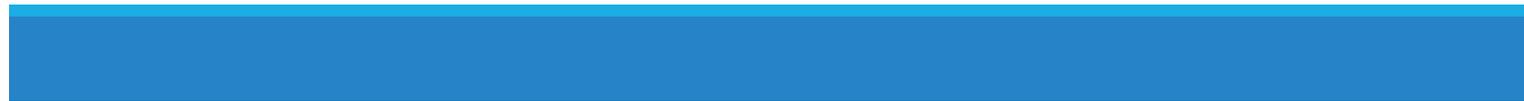
Fonctionnement psychique du groupe **X** Somme des fonctionnements psychiques des individus

Le groupe agit sur l'individu ET chaque individu agit sur le groupe

Action de groupe => aide thérapeutique / soutien éducatif / outil d'intégration structurant

Co-animation recommandée – bonne entente – modération

Accompagnement individuel et en groupe par le même professionnel?



Dimension du groupe

- Nombre mini et maxi de participants => Idéal 6-13
- Facilite l'expression au sein du groupe
- Optimise les méthodes interactives d'animation
- Favorise l'émergence d'une dynamique de groupe
- Intérêts +++

Evolution identitaire par la rencontre de semblables

Reconnaissance des troubles, rupture avec le déni

Soutien mutuel dans l'abandon simultané d'une conduite

Elaborer un projet de groupe à visée thérapeutique

Le groupe à visée thérapeutique s'inscrit :
⇒ dans le projet individualisé de soins
⇒ dans le projet d'établissement.

UN PROJET DE MISE EN PLACE D'UN GROUPE À VISÉE THÉRAPEUTIQUE

- Est un projet d'équipe pluridisciplinaire, inscrit dans un projet d'établissement ;
- Peut partir de suggestions de professionnels de l'équipe ou d'usagers ;
- S'intègre parmi le panel de prestations proposées aux usagers, en complément de l'offre d'accompagnement individuel ;
- Doit être élaboré en équipe afin de permettre à chacun de se l'approprier et ainsi de pouvoir au mieux communiquer dessus ;
- Ne doit pas être le projet d'un seul intervenant déconnecté de tout projet collectif.

Questions à se poser pour la mise en place d'un groupe à visée thérapeutique

- 1/ PUBLIC
- 2/ COMMUNICATION
- 3/ ORIENTATION VERS UN GROUPE À VISÉE THÉRAPEUTIQUE
- 4/ ANIMATION
- 5/ INTERVENANTS
- 6/ FONCTIONNEMENT DU GROUPE
- 7/ COÛT ET FINANCEMENT
- 8/ VALORISATION
- 9/ ÉVALUATION

Groupe TABAC

Le counseling de groupe est une approche généralement intensive qui offre plusieurs rencontres d'une heure ou plus sur une période de quelques semaines. Un intervenant spécialement formé en animation de groupe et en abandon du tabac présente :

- Des éléments visant à motiver les fumeurs à cesser de fumer ;
- Une approche de résolution de problèmes ;
- L'apprentissage de nouvelles habiletés ;
- Des éléments visant à contrôler les stimuli associés au fait de fumer ;
- Des éléments visant à prévenir la rechute ;
- L'offre d'une pharmacothérapie

Groupe « Comment mieux fumer ? »

- Groupe mis en place en 2016 au CMP-B
- Objectifs
- Aspects pratiques
- Evolution naturelle du groupe
- Exemple de séances et de ce qui se joue
- Autres groupes



Accroître et renforcer la motivation

- Si le patient est motivé à l'arrêt du tabac :
 - => engager une stratégie de sevrage
- Si la motivation est faible :
 - => accroître la motivation afin d'engager une stratégie d'arrêt du tabac
 - => motivation à l'arrêt conditionnée par la perception d'une **menace à fumer** (absent = **informer**) et de la **confiance en soi** pour arrêter (absente = **renforcer**).



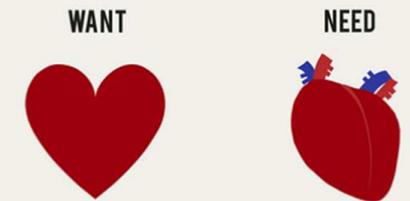
LA...LES dépendances...

Physique
=
Manque
BESOINS



Comportementale
=
Habitudes, Rituels
Gestuelles
ENVIES

Psychique
=
Plaisirs
Ennui
Récompense
ENVIES



NO PULSE, NO CHANGE

Quelques leviers

**Proposer l'EXPERIENCE
de l'arrêt**



**Amener l'arrêt comme
un projet**

**Assurer le confort,
l'absence de besoin
avec les patches,
la gestion des envies
avec les SO**

**Hospitalisation = Occasion d'expérimenter
différentes thérapeutiques**

The image features a dark, textured background with silhouettes of three people. One person on the left is raising a flag. In the center, a small globe of the Earth is visible. Another person on the right is leaning forward. The text is written in a white, cursive font across the scene.

*Ils ne savaient pas
que c'était impossible,
alors ils l'ont fait.*

- MARK TWAIN -

Merci pour votre attention
