

La thérapie multifamiliale : un nouveau mode de traitement précoce de la psychose

Chaque année, des centaines de jeunes sont, comme **Eli Newman**, confrontés à un premier épisode psychotique, sous une forme ou une autre : hallucinations, délire, trouble du comportement... une expérience déroutante et angoissante qui les coupe du monde.

La psychose se traite, et plus tôt on intervient, mieux ça vaut. Symptôme constitutif de plusieurs maladies, dont la schizophrénie et le trouble bipolaire, elle se déclare généralement au cours du passage à l'âge adulte, alors que de nombreux jeunes vivent encore chez leurs parents. Il est donc essentiel, pour que le traitement produise des résultats durables, d'y incorporer le soutien à la famille.

« Le soutien à la famille compte tout autant que le soutien au client, affirme **Kostas Petheriotis**, travailleur social à la Clinique du premier épisode psychotique de CAMH. La famille est le système de soutien le plus naturel et on doit fournir à tous ses membres les ressources qui peuvent les aider à s'exprimer sur ce qu'ils vivent. »

En septembre 2012, la **D^{re} Clairéline Ouellet-Plamondon**, boursière en clinique et spécialiste des troubles psychotiques, a lancé un projet pilote de thérapie multifamiliale (TMF) de neuf mois. Un programme structuré, centré sur la résolution des problèmes et l'acquisition des compétences

nécessaires au retour à une vie normale, a été offert à six familles dans le cadre de rencontres bimensuelles.

Qu'est-ce qui distingue la thérapie multifamiliale?

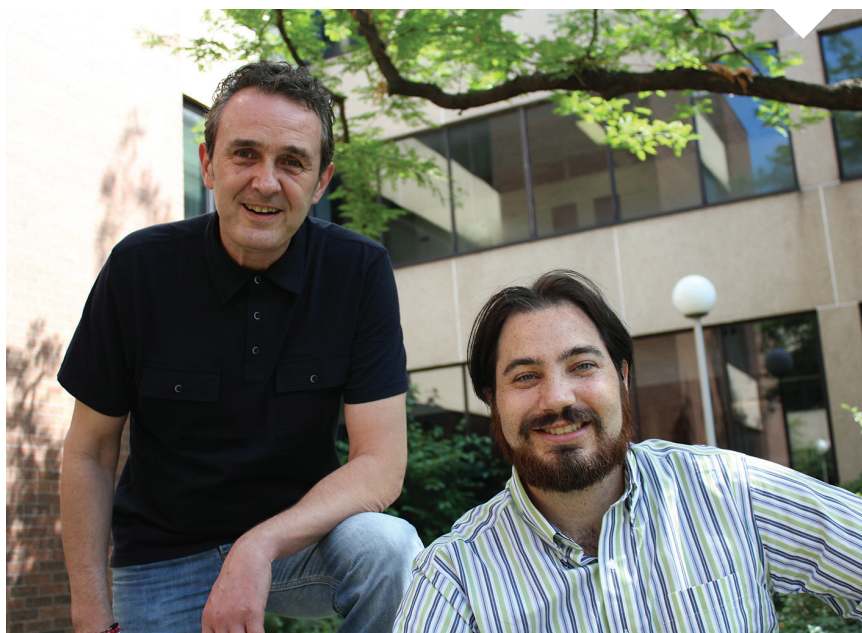
Ce qui distingue la TMF des autres méthodes est la participation conjointe de la famille et du client de CAMH aux rencontres, aux côtés d'autres patients et de leurs familles.

Clients et familles mettent leur expérience au service du groupe et ils s'encouragent mutuellement. Chaque séance est consacrée aux problèmes d'un membre particulier; les autres participants l'aident à trouver des solutions et à établir un plan d'action.

« Notre rôle est d'appuyer les initiatives des participants, explique Mme Ouellet-Plamondon. Les séances de thérapie multifamiliale favorisent l'autonomie, au plan familial comme au plan individuel. » De fait, selon certaines études d'efficacité, la TMF serait associée à une baisse de 50 % du taux de rechute annuel chez les personnes non hospitalisées qui reçoivent un traitement médicamenteux pour des troubles graves de l'humeur ou une schizophrénie.

Le témoignage de la famille Newman

Client de la Clinique du premier épisode psychotique de CAMH, Eli Newman a participé au programme pilote de thérapie multifamiliale avec ses parents Marilyn et Jack Newman, et il a trouvé les séances très pratiques et utiles.



Kostas Petheriotis (à g.), travailleur social à CAMH, en compagnie d'Eli Newman.

Suite en page 4



Les projets de services axés sur la collaboration s'associent aux jeunes pour impulser un changement systémique

« On a souvent tendance à négliger le vécu quand on parle des améliorations pressantes à apporter à un système très complexe. C'est là que le Comité d'experts utilisateurs de services intervient, dit **Arthur Gallant**, coprésident du comité et défenseur des intérêts des jeunes en matière de santé mentale. Nous sommes tous d'ardents défenseurs du changement. »

Établi par le Programme de soutien au système provincial de CAMH, le Groupe d'experts utilisateurs de services est l'un des trois groupes consultatifs auprès de la récente initiative des projets de services axés sur la collaboration (PSAC), parrainée par CAMH. Les PSAC s'inscrivent dans la stratégie décennale de l'Ontario *Esprit ouvert, esprit sain*, qui vise à réduire le fardeau de la maladie mentale et des dépendances en garantissant un accès rapide à un système intégré de soins coordonnés.

Réseaux d'intervenants et d'organismes ontariens qui offrent des services régionaux de santé mentale et de traitement des dépendances, les PSAC sont chargés de combler les lacunes intersectorielles dans ces domaines de soins destinés

aux enfants et aux jeunes. Au cours des trois premières années, la stratégie *Esprit ouvert, esprit sain* portera sur une meilleure coordination des services à l'enfance et à la jeunesse.

Innovations à Simcoe-Muskoka et à London

Pour améliorer la coordination des soins, il est essentiel d'intégrer les expériences et points de vue des enfants, des jeunes et des familles, comme le fait le Groupe d'experts utilisateurs de services. C'est dans cette optique que le PSAC de Simcoe-Muskoka a tenu un sommet de la jeunesse d'une journée intitulé Parlons-en! auquel ont participé des jeunes de 14 à 29 ans. Ceux-ci ont confirmé

le bien-fondé de l'adoption du Processus de transition vers l'indépendance (TIP) par ce PSAC. Les études ont montré que ce modèle produisait des résultats concrets chez les jeunes aux prises avec des problèmes de santé mentale ou de

dépendance. Il aidera les organismes et prestataires de services à centrer leur action sur les besoins particuliers des jeunes.

À London, le PSAC s'est associé à **mindyourmind**, un espace virtuel local géré par des jeunes, afin de créer une « boîte à outils » pour renseigner les jeunes et leurs familles sur les services locaux d'intervention en cas de crise liée à des troubles mentaux ou à la dépendance. Cette boîte à outils, qui sera fournie aux prestataires de services locaux, est l'une

des trois stratégies employées par ce PSAC pour répondre au besoin de continuité des soins entre l'hôpital et les services dans la collectivité.

D'ici 2014, 18 PSAC œuvreront avec des partenaires locaux pour remédier aux lacunes des réseaux locaux de la santé et des services sociaux en Ontario. Pour la liste des PSAC en activité et pour en apprendre davantage sur cette initiative, visitez servicecollaboratives.ca/fr.

« Nous sommes tous d'ardents défenseurs du changement. »

Le témoignage de Jason : l'expérience de l'anxiété

Jason explique que souffrir d'anxiété, c'est comme avoir une caméra braquée sur soi en permanence. Inquiet à l'idée de ce qu'on pourrait penser de lui, il doute de ses moindres gestes et paroles.

Jason avait sept ans quand son père est mort d'un cancer au poumon. « Voir mon père tomber malade quand j'étais si jeune, ça a été très traumatisant. C'est peu après sa mort que j'ai commencé à éprouver les symptômes de l'anxiété et à me couper de ma famille et de mes amis », dit-il.

Au secondaire, il passait beaucoup de temps seul dans sa chambre et ses symptômes ont commencé à empirer. Après deux hospitalisations, lui et sa famille ont conclu qu'il était temps de chercher de l'aide. « Je me croyais capable de m'en sortir seul, mais c'était clair que j'avais besoin d'aide. »

Jason a reçu un diagnostic d'anxiété et de trouble bipolaire et il a été admis au programme de CAMH Milieu innovateur pour personnes hospitalisées - Troubles de l'humeur et d'anxiété où, durant 26 jours, il a pris part à des séances de thérapie de groupe et s'est informé sur sa maladie. Il dit que ce programme a été une bénédiction.

« Au début, je me sentais seul et terrifié, mais j'ai bien fait de me confier pendant les séances de thérapie et d'établir le contact avec les gens, déclare Jason. J'ai compris que c'était une occasion unique et que je devais en profiter. »

Jason, qui revient chaque semaine à CAMH pour un suivi, dit que sa vie a changé. Il a un groupe d'amis qui le soutiennent et il dispose d'outils pour gérer sa maladie au quotidien. À

présent, il souhaite donner quelque chose en retour.

« J'essaie de voir comment retourner à CAMH comme bénévole, pour aider les clients par l'art ou l'écriture, dit Jason. CAMH m'a beaucoup apporté et je voudrais aider d'autres gens. »





Le PTTJAC s'étend aux jeunes de la communauté LGBTQ

Premier du genre au Canada, le Programme de traitement de la toxicomanie pour les jeunes Afro-Canadiens et des Caraïbes (PTTJAC) de CAMH offre des soins cliniques culturellement adaptés aux jeunes qui sont atteints de troubles mentaux ou qui connaissent des difficultés liées à l'identité et à l'orientation sexuelles.

« En tant que Noirs, nous formons une communauté, affirme **Leonard Edwards**, thérapeute pour le programme PTTJAC. Notre expérience est enracinée dans notre culture. Les expériences individuelles ont beau être différentes, nous sommes dans la même peau et notre identité raciale nous rassemble. »

En sus des traitements, de l'engagement communautaire et du soutien, le programme aide les clients à se fixer des objectifs, établir un plan de traitement, réintégrer l'école et transformer la dynamique familiale. Dans une société où les jeunes se sentent constamment rejetés, le PTTJAC leur offre la possibilité de s'exprimer et d'être valorisés.

L'hôpital de jour pour les jeunes fait toute la différence

L'an passé, la deuxième phase du projet de réaménagement de la rue Queen a pris fin et CAMH a inauguré trois nouveaux édifices hospitaliers, dont le Centre de mieux-être intergénérationnel, qui offre des programmes pour les jeunes et les personnes âgées. L'hôpital de jour est un programme destiné aux jeunes de 14 à 18 ans, hospitalisés ou non, qui sont simultanément aux prises avec des troubles mentaux et l'alcoolisme ou la toxicomanie. Il leur permet d'obtenir des crédits avec l'aide d'un enseignant du Conseil scolaire de Toronto (CST) tout en participant à des séances de groupe et en recevant une thérapie individuelle.

« L'hôpital de jour vise les jeunes qui ont besoin d'un traitement plus intensif pour leur usage de substances intoxicantes et leurs troubles mentaux, indique **Kate Ross**, travailleuse sociale auprès des jeunes. Mais ce qu'il a d'unique, c'est qu'il leur permet de poursuivre des études grâce à des ressources qui facilitent le retour à l'école. »

Le programme a aussi l'avantage de donner aux clients un accès à différents niveaux de traitement, selon l'évolution de leurs

besoins, sans qu'ils aient à interrompre leur scolarité. Ainsi, un jeune inscrit au programme de jour pour étudier avec l'enseignant du CST afin d'obtenir des crédits peut continuer en tant que patient externe après sa sortie de l'hôpital. De même, si un client externe a besoin de soins plus intensifs, il pourra être hospitalisé tout en continuant à recevoir un soutien pédagogique.

Il importe également que les jeunes étendent leur cercle d'amis en passant du temps avec des pairs confrontés aux mêmes défis. Pour Mme Ross, les séances de groupe sont un complément important à la thérapie individuelle. « Ils attachent souvent plus d'importance à ce que disent leurs camarades que le personnel. Nous avons constaté que le fait de se soutenir mutuellement renforce la confiance en soi. »



Le soutien des parents et des aidants est lui aussi capital. « Les membres de la famille ont souvent du mal à comprendre ce que vit le jeune et il se peut qu'ils cherchent des conseils sur la façon de l'aider. C'est l'occasion de collaborer avec la famille pour mettre en concordance les messages véhiculés au foyer et dans le cadre du programme », ajoute Mme Ross.

« Le fait de se soutenir mutuellement renforce la confiance en soi. »

La thérapie multifamiliale, suite de la page 1

« L'emploi de stratégies concrètes pour régler les problèmes qui se présentaient a été très utile, dit-il. On a beau être une famille unie, on a eu des moments de tension et le groupe nous a aidés à y faire face. Nous sommes bien plus heureux maintenant. »

Jack et Marilyn Newman trouvent tous deux que la collaboration avec d'autres familles leur a permis de prendre du recul. « On a pu voir Eli en contexte, avec d'autres jeunes, dit Mme Newman. Et ça a aussi été utile pour établir des liens avec d'autres familles. » Selon elle, le plus gros problème, pour une famille qui apprend à composer avec la maladie mentale, est le manque de coordination entre services : « Il faut faire ses propres recherches sur le système. » Les membres du groupe ont pu mettre en commun leurs connaissances des ressources et des services locaux.

Durant ce programme de neuf mois, familles et clients étaient invités à honorer les petits pas en avant comme les grands. « Eli a fait de gros progrès, dit M. Newman. À présent, il travaille et il va à l'école. » Encouragé par Kostas, son chargé de cas à CAMH, Eli reprendra ses études cinématographiques à l'Université Ryerson à l'automne et il travaillera comme bénévole pour le Festival international du film de Toronto. « Je suis fier de ma famille, dit M. Newman. Vu les difficultés qu'on a eues, je suis très fier et reconnaissant de l'aide qu'on a reçue. »

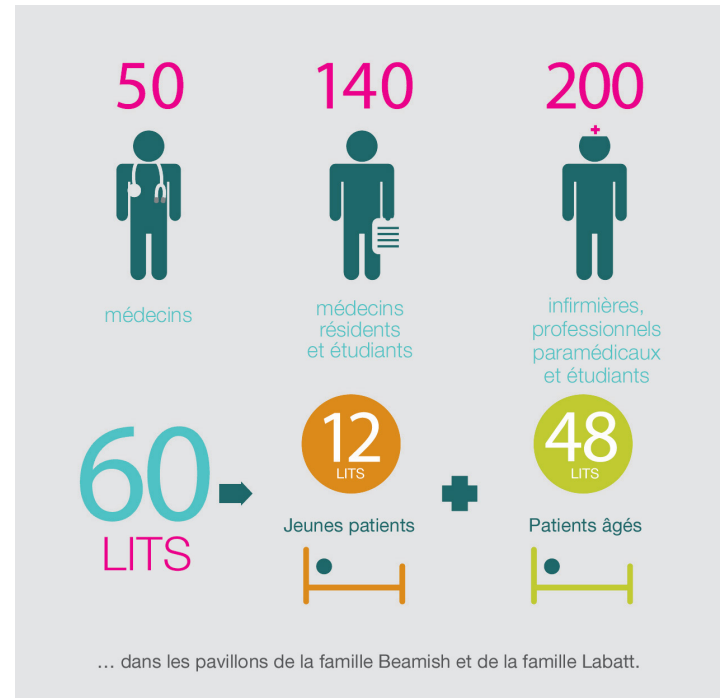
Eli juge que sa plus grande réussite à ce jour est « une longue période de stabilité, de vie normale, tout ça. C'est la première fois que je n'ai plus de symptômes depuis que j'ai reçu mon diagnostic, il y a près de deux ans. » Interrogé à propos de la participation de ses parents à son traitement, Eli déclare : « Les avoir à mes côtés ne peut que faciliter les choses. »



Eli Newman en compagnie de son père, Jack, et de sa mère, Marilyn. La famille Newman a participé au programme pilote de thérapie multifamiliale.

Le Centre de mieux-être intergénérationnel

Au nouveau Centre de mieux-être intergénérationnel, CAMH offre des soins de pointe, d'une qualité exceptionnelle, aux enfants, aux jeunes et aux personnes âgées.



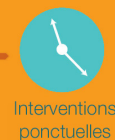
À CAMH, les enfants, les jeunes et leurs familles reçoivent les soins dont ils ont besoin.



Pour nos patients les plus vulnérables, âgés de 16 à 65 ans, atteints de déficience intellectuelle et de troubles mentaux (double diagnostic) :



2 SERVICES DE CONSULTATION



Les bases d'un meilleur accès aux services à la jeunesse

Une étude réalisée par CAMH auprès d'un échantillon représentatif de services à la jeunesse de tout le Canada révèle

Les chiffres révélés par l'étude soulignent le besoin d'une meilleure accessibilité des soins :

- 2 jeunes sur 5 soumis au dépistage présentaient des troubles concomitants (troubles mentaux et problèmes liés à la consommation d'alcool et de drogues).
- 52 % des garçons et 39 % des filles de tous les groupes d'âge ont fait état de graves préoccupations liées à la consommation d'alcool et de drogues.
- 73 % des filles et 58 % des garçons ont fait état de troubles mentaux importants, dont dépression et anxiété.
- 69 % des garçons et 56 % des filles de 12 à 15 ans ont fait état de troubles du comportement, dont impulsivité et manque d'attention.
- 47 % des jeunes ont dit avoir eu des idées suicidaires à un moment de leur vie, et un sur sept a déclaré avoir songé au suicide au cours du dernier mois.
- 60 % des filles et 41 % des garçons ont fait état de détresse d'origine traumatique.

que deux clients sur cinq sont confrontés à la fois à de graves problèmes de santé mentale et à des problèmes liés à la consommation de drogues et d'alcool. L'étude révèle aussi qu'une collaboration accrue entre prestataires améliore la qualité des services.

Basé sur des projets pilotes semblables de CAMH, en Ontario, le projet national relatif au dépistage des problèmes liés à la consommation de drogues et d'alcool et des problèmes de santé mentale chez les jeunes, qui a fait appel à dix réseaux de services de cinq provinces et de deux territoires, a étudié les besoins des jeunes âgés de 12 à 24 ans. Les prestataires de services dans ces réseaux œuvraient auprès de divers secteurs : santé mentale, traitement de l'alcoolisme et de la toxicomanie, protection de l'enfance, éducation, justice, services sociaux, etc. Le personnel de ces organismes utilisait un outil standard permettant de dépister, de façon rapide et fiable, l'existence de multiples troubles mentaux ou de formes de dépendance.

« On sait qu'une intervention précoce et des soins spécialisés seraient très bénéfiques pour les jeunes aux prises avec des troubles mentaux et la consommation de drogues et d'alcool, mais la plupart de ces problèmes risquent de passer inaperçus, parfois bien après l'entrée dans l'âge adulte, déclare la **D^{re} Joanna Henderson**, chef de recherche du Programme pour les enfants, les jeunes et leur famille de CAMH et codirectrice du projet. L'utilisation

d'un outil de dépistage standard par les prestataires de services fournit une stratégie de sensibilisation aux besoins des jeunes et un langage commun permettant la collaboration de différents services. »

« Les chiffres sont éloquentes et ils nous permettent de mieux prendre en compte les problèmes auxquels sont confrontés nos jeunes, dit Gloria Chaim, directrice clinique adjointe du Programme pour les enfants, les jeunes et leur famille de CAMH et codirectrice du projet. Nous espérons que l'emploi d'un outil de dépistage commun à tous les secteurs aidera au développement de modèles concertés de réseaux de services à l'échelle du pays. »

Recommandations favorisant l'amélioration du système :

- Protocoles de soins tenant compte des différences de besoins des deux sexes.
- Services prenant en compte les besoins différents des jeunes selon leur phase de développement.
- Services de prévention du suicide, avec dépistage précoce des tendances suicidaires et services intensifs de santé mentale.
- Renforcement des capacités de traitement des cas de cooccurrence de troubles mentaux et de problèmes liés à la consommation d'alcool et de drogues.
- Mise en vigueur, pour tous les secteurs, de tests de dépistage uniformes des troubles mentaux et des problèmes liés à la consommation d'alcool et de drogues, vu le taux élevé de consommation d'alcool et de drogues et de troubles mentaux chez les jeunes.
- Renforcement des capacités pour les soins prenant en compte les traumatismes subis et les soins post-traumatiques proprement dits.

Le projet national relatif au dépistage des problèmes liés à la consommation de drogues et d'alcool et des problèmes de santé mentale chez les jeunes a été financé par le Programme de soutien au financement du traitement de la toxicomanie de Santé Canada en vue de promouvoir la collaboration entre les organismes de services aux jeunes de tout le Canada.



Schizophrénie : découverte d'altérations génétiques

Des chercheurs de CAMH ont découvert des altérations génétiques rares – dont plusieurs déjà associées au trouble du spectre de l'autisme (TSA) – qui pourraient être impliquées dans le déclenchement de la schizophrénie. Cette découverte corrobore l'idée selon laquelle une série d'altérations génétiques rares pourraient contribuer à la schizophrénie et à d'autres troubles cérébraux.

Il se pourrait donc que des tests d'ADN aident à démystifier l'une des formes les plus complexes de la maladie mentale. L'étude, financée par les Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC), est publiée dans le dernier numéro de la revue *Human Molecular Genetics*.

« Nous avons découvert un nombre significatif d'altérations importantes et rares de la structure chromosomique dont nous avons informé les patients et les familles, dit la **D^{re} Anne Bassett**, directrice du programme de recherche génétique médicale de CAMH et titulaire de la Chaire de recherche du Canada sur la génétique et les troubles génomiques liés à schizophrénie, à l'Université de Toronto. Nous pensons que jusqu'à

8 % des cas de schizophrénie pourraient partiellement résulter de telles atteintes génétiques, soit environ 1 cas sur 13. »

L'équipe de recherche a conçu un mode systématique de recherche et d'analyse des altérations génétiques rares et moins importantes qui mènent à la schizophrénie, une véritable mine pour les chercheurs. « Nous avons pu repérer de petites altérations de la structure chromosomique qui pourraient jouer un rôle important dans la schizophrénie — et cela dépasse souvent le simple gène chez un patient unique », ajoute Mme Bassett, qui est

aussi clinicienne-chercheuse à l'Institut de recherche en santé mentale de la famille Campbell.

« Nous allons pouvoir étudier les diverses voies touchées par ces différentes atteintes génétiques et examiner leur effet sur le développement du cerveau. Mieux on connaîtra les causes de la maladie, mieux on sera à même de mettre au point de nouveaux traitements. »

« Mieux on
connaîtra les
causes de
la maladie,
mieux on sera
à même de
mettre au point
de nouveaux
traitements. »

Calendrier

6 octobre

CAMH - Une conversation vivifiante sur NCR

TIFF Bell Lightbox présentera le documentaire *NCR: Not Criminally Responsible*. La projection sera suivie d'une table ronde à laquelle participeront le réalisateur John Kastner, Christie Blatchford, chroniqueuse du National Post, Roy Bonadonna, un client de CAMH, et le Dr Sandy Simpson, chef du service de psychiatrie médico-légale à CAMH. Renseignements et achat de billets : rendezvouswithmadness.com

6 au 12 octobre

Semaine de sensibilisation aux maladies mentales

Une campagne nationale annuelle de l'Alliance canadienne pour la maladie mentale et la santé mentale, qui vise à sensibiliser le public canadien aux réalités de la maladie mentale. Durant la semaine, suivez CAMH sur Twitter et Facebook et visitez camh.ca pour la liste des événements.

4 novembre

CAMH/MaRS – Série Innovations en santé mentale, 3^e partie

Une collaboration stimulante CAMH/MaRS. Pour en apprendre davantage et acheter des billets, visitez marsdd.com.

19 novembre

Date à retenir! Premier symposium annuel sur la recherche en santé mentale, commandité par la famille Campbell

Mettant l'accent sur la médecine individualisée, des chercheurs éminents du Canada et des États-Unis traiteront des recherches qui sont en train de révolutionner le traitement de la maladie mentale et des dépendances. Renseignements à venir sur camh.ca.

Une publication du Service des affaires publiques de CAMH
Édifice Bell Gateway,
100, rue Stokes
Toronto ON M6J 1H4
416 535-8501, poste 4250
public.affairs@camh.ca
www.camh.ca/fr

Communiquez avec nous sur les médias sociaux.



CAMHtv



CAMH



CAMH



@CAMHnews

AVAILABLE IN ENGLISH / HIGHLIGHTS DISPONÍVEL EM PORTUGUÊS