

Self-Awareness Therapy (SAT)

Mise en place d'un programme de remédiation de
la conscience de soi dans la schizophrénie

Journée d'étude de L'APPIC – Juin 2011

Marie Boulanger

Université de Liège

Service de Psychologie Clinique Cognitive et
Comportementale

Plan

- **1. Fondements théoriques:**
 - Déficits cognitifs
 - Validité empirique
 - Pourquoi SAT?

- **2. Remédiation SAT:**
 - Déroutement
 - Validité
 - Bilan
 - Conseils

1.a. Fondements Théoriques

1.a. MÉMOIRE AUTOBIOGRAPHIQUE (MA)

Un système de mémoire qui conserve la connaissance d'événements personnels et de faits. Elle représente un ensemble d'information et de souvenirs particuliers à un individu, accumulés depuis son plus jeune âge (Piolino, Desgranges & Eustache, 2000).

Mémoire autobiographique

Événements généraux

(ou Mémoire des
événements généraux
ou Mémoire
sémantique
personnelle)

Conscience
noétique

Événements épisodiques

(ou Mémoire
personnelle ou
Mémoire des
événements
autobiographiques)

Conscience
autonoétique

1.a. Fondements Théoriques

Conscience Noétique

- Connaissance qu'un événement a eu lieu
- Transmet un sentiment de familiarité
- Ne permet pas de voyager dans le temps
- Sentiment plus abstrait du self

Conscience Auto-noétique

- Lorsque l'on revit un événement vécu
- Sentiment d'individualité
- Permet de faire la différence entre une pensée, une image, dont quelqu'un d'autre a fait l'expérience par rapport à mes propres pensées
- Permet de voyager mentalement dans le temps
- Permet à l'individu de se situer dans sa propre histoire personnelle

1.a. Fondements Théoriques

- Les patients schizophrènes rapportent moins de souvenirs que les contrôles (e.g., Baddeley et al., 1995; Tamlyn et al., 1992).
- Les patients schizophrènes récupèrent moins de souvenirs spécifiques que contrôles (e.g., Neumann et al., 2006; Riutort et al., 2003).
- Les patients schizophrènes présentent une réduction de la conscience autoévaluative (Danion et al., 2005)
- Déficit est plus marqué pour la période après l'apparition des premiers symptômes (Elvevag et al., 2003; Wood et al., 2006).

1.a. Fondements Théoriques

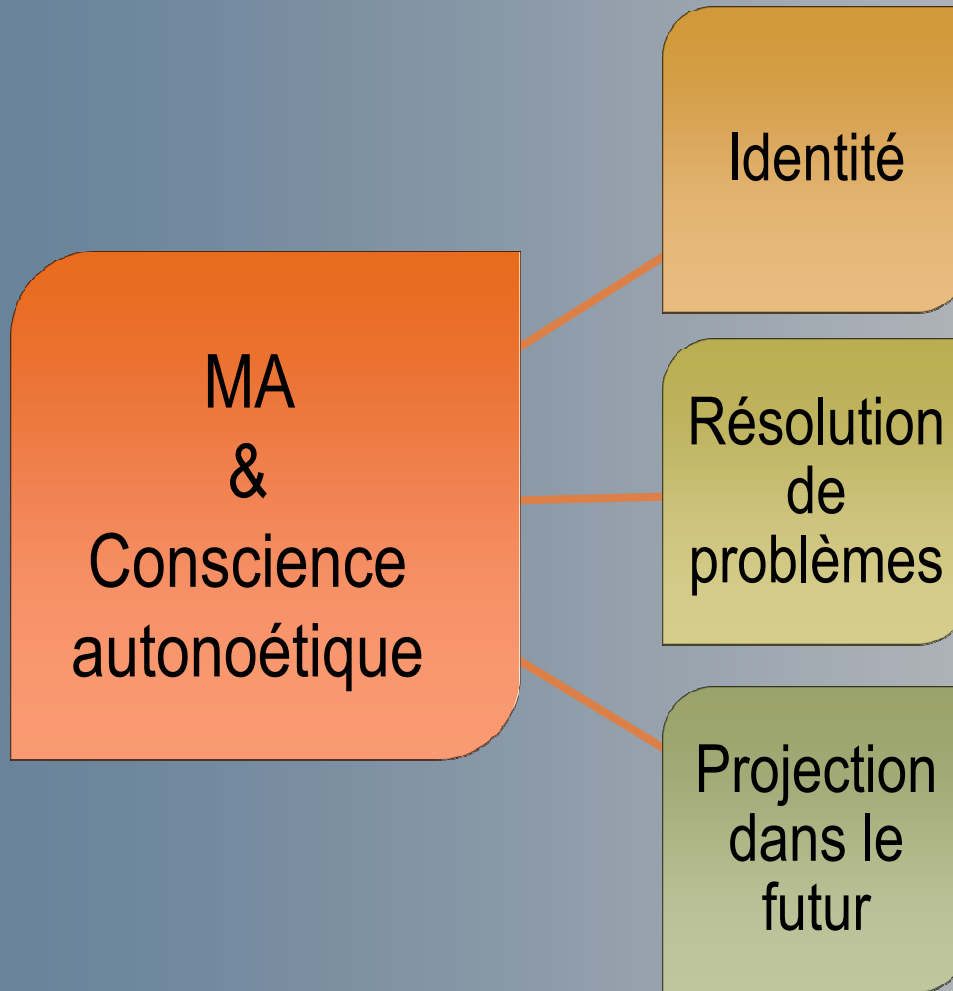
- La schizophrénie, une pathologie de la conscience (J-M Danion, 1999, 2001, 2005; Huron & Danion, 2002)
 1. Déficit de « Binding »: incapacité à relier entre eux les différents aspects d'un évènement pour en former une représentation unifiée en mémoire: difficultés à l'encodage et, déficit au niveau des stratégies de récupération;
 2. Incapacité à rattacher les différents souvenirs à leur identité = perte du sentiment subjectif de soi;
 3. Incapacité à prendre des décisions, guider le déroulement d'une action vers un but = ↓ des compétences sociales;
 4. Contraintes au niveau des objectifs, des désirs et des buts présents mais aussi, des intentions pour le futur.

1. b. Validité empirique

Etudes empiriques:

- **Déficit de la mémoire autobiographique** (Cuervo & al., 2007; Danion & al., 2005; Neumann, Blairy, Lecompte & Philippot, 2007; Riutort, Cuervo, Danion, Peretti, & Salame, 2003;
- **Perturbation de la conscience autoévaluative, passée et future** (Danion, Rizzo & Bruant, 1999; Danion & al., 2005; Huron & al., 1995, Oliveira, Cuervo-Lombart, Salamé et Danion, 2009)
- **Difficultés à se projeter dans le futur** (D'argembeau, Raffard & Van der Linden, 2008,
- **Troubles identitaires** (Nieznanski, 2003)
- **Difficultés à résoudre les problèmes de la vie quotidienne** (Benton et al., 1990; Silvana et al., 2010)

1.a. Fondements Théoriques



Self-Awareness Therapy (SAT)

Blairy, S., Neumann, A., Nutthals, F., Pierret, L., Collet, D., & Philippot, P., 2008. Improvements in autobiographical memory in schizophrenia patients after a cognitive intervention. A preliminary study. *Psychopathology* 41, 388-396.

2.a. Objectifs

- Entraîner à la récupération de souvenirs spécifiques;
- Améliorer la projection dans des événements futurs spécifiques;
- Aider les patients à se définir, à se connaître et consolider leur identité personnelle;
- Améliorer les capacités de résolutions de problèmes et de compétences interpersonnelles;
- Améliorer la qualité de vie.
 - ▶ Augmenter la conscience et la connaissance de soi!

2.b. Déroulement

- ✘ 2 séances de 2h par semaine:
 - La 1^{ère} séance de la semaine: consacrée à la récupération de souvenirs
 - 2^{ème} séance de la semaine: consacrée à la projection dans le futur
 - 15 minutes de pause
 - ✘ 20 séances
 - ✘ 2 mois de thérapie
- Thérapie en cours de validation

2.b. Déroulement

Tenue du journal et de l'agenda

Pour chaque jour de la semaine:

- Brève description d'un évènement;
- Où?
- Quand?
- Avec qui?
- Ce que j'ai pensé?
- Ce que j'ai ressenti?
- Intensité émotionnelle (échelle de 0-10)?
- Importance pour moi (échelle de 0-10)?



2.b. Déroulement

1^{ère} séance

- Psycho-éducation sur les troubles cognitifs (attention, concentration, MA) dans la schizophrénie;
- Explication du rôle de la MA: importance pour la résolution de problème et l'identité;
- Travail sur la motivation à partir des plaintes des patients;
- Exercice – Tour de table

2.b. Déroulement

Psychoéducation

« Souvenir quand je faisais
les frites avec ma maman » ;
« Souvenir où j'ai vu ma
grand-mère faire des
boulets. »



Comment faire?

« Je me ferais bien des
boulets-frites ce soir »

« Les différents voyages
réalisés avec mes
parents: j'aimais ça! »



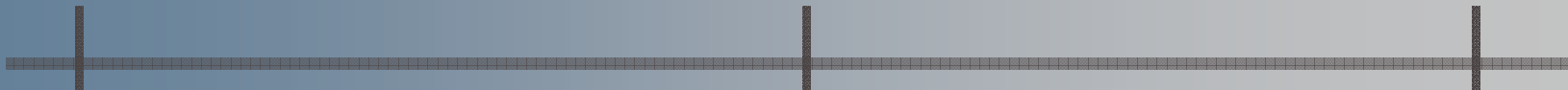
Qui suis-je?

J'aime partir à l'étranger!

PASSE

PRESENT

FUTUR



2.b. Déroulement

2^{ème} séance

- Rappel sur l'importance de la MA;
 1. Patient(s)
 2. Thérapeute
- Lien entre MA et projection dans le futur;
- Exercice - Tour de table

2.b. Déroulement

Psychoéducation

« Souvenir quand je faisais
les frites avec ma maman »;
« Souvenir où j'ai vu ma
grand-mère faire des
boulets. »

Comment faire?

« Je me ferais bien des
boulets-frites ce soir »

Qui suis-je?

J'aime partir à l'étranger!

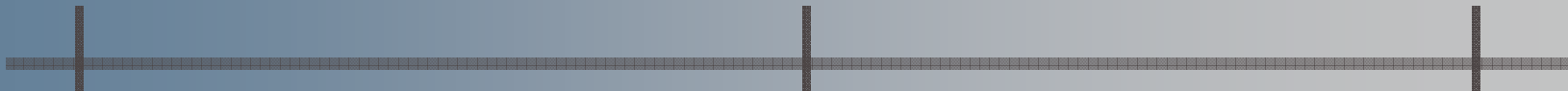
« Les différents voyages
réalisés avec mes
parents: j'aimais ça! »

AGIR dans le futur!

PASSE

PRESENT

FUTUR



2.b. Déroulement

3^{ème} & 4^{ème} séances

Explication des journaux et des agendas:

- Quand les remplir?
- Comment ne pas oublier?
- Exemples

2.b. Déroulement

Autres séances

Au début de chaque session:

- Les séances « **Passé** »: rappel des évènements de la semaine + détails
- Les séances « **Futur** »: rappel des évènements imaginés durant la semaine + détails
 - En sous-groupes de 3-4 personnes;
 - En grand groupe;
 - 2 par 2
- ▲ Veiller à ce que les sujets se démarquent des « questions-réponses »
- ▲ Ne pas hésiter à les faire revivre leur souvenir

2.b. Déroulement

Travail sur l'identité

« COMMENT JE ME PERÇOIS ? », « QUI SUIS-JE ? », « COMMENT LES AUTRES ME PERÇOIVENT ? »

- 2 adjectifs qui me décrivent
- 1 adjectif qui décrit mon voisin
- 1-2 rôle(s) qui me caractérise(nt)
- 1-2 période(s) de vie
- 2 goûts qui me caractérisent
- 2 projets (1 à court terme & 1 à long terme):

I. Que j'ai réalisé seul

II. Que j'ai réalisé avec d'autres

→ aident également à la résolution de problèmes

► Souvenirs spécifiques passés qui caractérisent différentes facettes

2.b. Déroulement

Travail sur mon avenir

« QUI AI-JE ENVIE D'ÊTRE? », « QU'AI-JE ENVIE DE FAIRE? »,
« QU'EST-CE QUI EST IMPORTANT POUR MOI? »

- 2 rôles que je pourrais tenir dans la vie
 - ▶ Evènements spécifiques futurs qui illustrent ces rôles
- 2 projets (1 à court terme & 1 à long terme):
 - I. Que j'aimerais réaliser seul
 - II. Que j'aimerais réaliser avec d'autres
 - ▶ Le groupe aide à réaliser les deux projets durant plusieurs séances
 - ▶ Stratégies à adopter pour atteindre les buts fixés

Exercices

2.c. Actuellement

La thérapie est en cours de validation; résultats prévus dans 1 an.

Etude de Blairy et al. (2008):

- 1 séance/semaine → 10 semaines (10 séances)
- Travail portant sur la MA = utilisation du journal seul
- 15 patients ont participé

		Past events	Future events	Total
Résultats encourageants:	Before treatment	5.10 (1.91)	4.30 (2.31)	4.7 (1.82)
	After treatment	6.9 (2.29)	7.03 (1.63)	7.10 (2.11)
	3 month later	7.10 (1.66)	5.60 (2.45)	6.35 (1.97)

- Les acquis concernant la projection dans le futur n'étaient pas maintenu.
- Taille d'effet modeste ($\eta^2 = .168$)

2.c. Actuellement

● Evaluations subjectives des patients:

- Exercices réalisés en séance, liés à la MA et à la projection de soi dans le futur: faciles et plaisants;
- Exercices liés à l'identité, à la définition de soi et aux projets individuels et communs: très plaisants;
- Les exercices à domicile, complétion du journal et de l'agenda: peu plaisants et parfois difficiles;
- Très bonne ambiance générale;
- Sentiment de mieux se connaître (bilan sur soi), d'avoir augmenté leur capacité à se projeter dans le futur(+++) et à récupérer des souvenirs précis (++);
- La majorité d'entre eux accepterait volontiers de participer à nouveau à une thérapie similaire;
- Structurant

2.d. Bilan

Conseils:

- **Groupe fermé:** important pour la dynamique et l'adhérence des patients;
- **La pause:** permet de reposer les esprits et de resserrer les liens;
- **Se raconter:** les patients considèrent la thérapie SAT comme une thérapie détente – parler de soi est plaisant;
- **2 - 3 thérapeutes** pour l'animation: indispensable surtout au début de chaque séances, lors de la mise en place des sous-groupes;
- **Un thérapeute « réfèrent »** présent à chaque séance;
- **Les thérapeutes participent** au même titre que les patients aux séances.

Me contacter: marie.boulanger@ulg.ac.be ou 00324 366 23 37