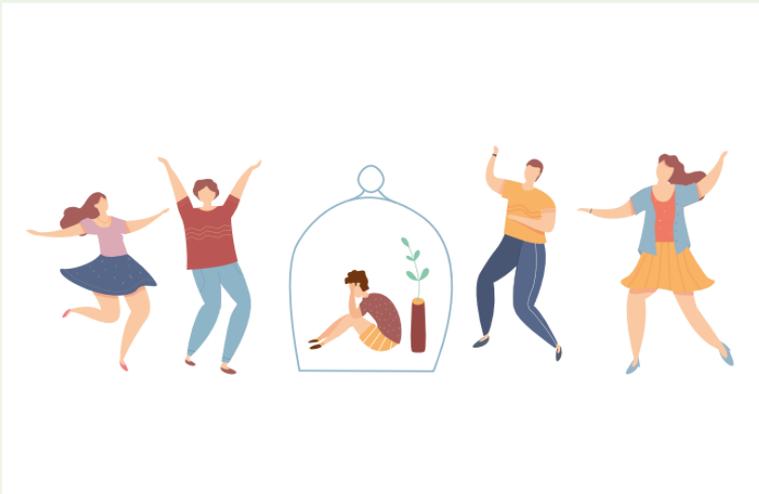




Les symptômes négatifs de la schizophrénie sont très handicapants pour les malades. Une approche individuelle des soins au moyen des thérapies comportementales et cognitives (TCC) serait profitable aux patients.

Les personnes schizophrènes présentent souvent des comportements inadaptés aux circonstances de la vie quotidienne. Les symptômes négatifs sont généralement liés à une absence ou à une réduction des émotions, ce qui cause fréquemment des détresses psychologiques et des conflits au quotidien. À ce jour, pour la prise en charge de ces états, l'efficacité des traitements pharmacologiques est limitée. Par ailleurs, on a observé que les TCC ont fait leurs preuves, notamment, chez les personnes atteintes de troubles anxieux (phobie, stress-post traumatiques, etc.). Elles s'attaquent aux

difficultés du patient par des exercices pratiques centrés sur les symptômes observables. Pendant les séances de TCC, le patient et le thérapeute identifient un contexte de la vie courante qui occasionne une souffrance : aller au travail, traverser une route encombrée et bruyante, devoir se confronter à quelqu'un, prendre les transports publics, etc. Le tandem travaille de concert pour déterminer des objectifs réalistes et établir des stratégies, afin de dépasser le comportement négatif habituel et renforcer les comportements positifs.



COMMENT BÉNÉFICIER DES RÉSULTATS DE CETTE RECHERCHE?

Les patients intéressés par l'approche thérapeutique des TCC peuvent s'adresser aux professionnels formés à ce type de traitements. Ils sont généralement regroupés dans des annuaires nationaux.

Pour la France :

- <https://www.aftcc.org/article/trouver-un-therapeute-0>
- https://afforthecc.org/index.php?option=com_content&view=article&id=53:neurologie-comportementale

COMMENT LA RECHERCHE A-T-ELLE ÉTÉ TESTÉE?

Les résultats d'études, utilisant les TCC dans la schizophrénie, ont été examinés et comparés selon l'axe de prise en charge: émotionnel, motivationnel, comportemental ou cognitif. Ce travail a permis d'en détailler les méthodologies, mais surtout d'extraire les preuves de l'efficacité des TCC pour les patients schizophrènes.



POUR COMPRENDRE

TCC:

thérapies issues de méthodes expérimentales, basées sur les interactions entre les émotions et le comportement, qui permettent aux patients de travailler sur leurs problèmes quotidiens. Ainsi, ils déconstruisent leurs schémas de pensée négative, généralement liés à leurs comportements inadaptes.

Symptômes négatifs:

ils sont dits « négatifs », parce que leur effet est de réduire des habiletés usuelles: capacité à avoir du plaisir, à exprimer ses émotions, à s'organiser, à entreprendre, à formuler sa pensée, etc.



POUR EN SAVOIR PLUS

- <http://www.psycom.org/Soins-accompagnements-et-entraide/Therapies-Education-therapeutique-ETP/Therapie-comportementale-et-cognitive-TCC>

L'étude « Thérapie comportementale et cognitive des symptômes négatifs de la schizophrénie. Revue de la question : pratiques actuelles et directions futures » a pour auteurs S. Raffard, A. De Connor, H. Yazbek, A. Décombe et C. Bortolon. Ils sont issus du laboratoire multidisciplinaire Epsilon de Montpellier, du Service universitaire de psychiatrie adulte (CHU Montpellier) ainsi que du Laboratoire interuniversitaire de psychologie de Saint-Martin-d'Hères.

SE RÉTABLIR DE LA SCHIZOPHRÉNIE N'EST PLUS UNE FICTION

Cette fiche a été vulgarisée par Lauriane Nallet-Khosrofian, puis relue et validée.