

LA GESTION DE LA CRISE PSYCHIQUE

En cas de crise psychotique, s'entendre avec la personne en crise est souvent très difficile. Le **Dialogue de crise** est une méthode visant à rétablir la communication. Ce n'est pas une évaluation médicale, mais une action de premier secours.

Le **Dialogue de crise** est un outil **très simple et accessible** à toute personne souhaitant intervenir durant la crise (proches, soignants, police, pompiers, etc.). Il se fonde sur **les principes du non-jugement et sur la possibilité d'instaurer un langage commun** avec le patient.

Il vise à se pencher sur l'expérience telle qu'elle est vécue et éprouvée.

Cette technique de communication va chercher **le souvenir de l'éclatement de la crise psychotique, le moment déclencheur, en allant au cœur de l'expérience de la psychose.**

En se focalisant sur l'expérience vécue, le **Dialogue de crise** amène la personne décompensée à déconstruire son délire. Pour cela 4 étapes: aborder le souvenir du déclenchement de la psychose, valider l'expérience, dire la réalité et encourager la **déconstruction du délire.**

Après avoir amorcé le dialogue, il faut **utiliser les mots et les manières de s'exprimer de la personne**, afin de continuer à explorer et à décrire son vécu, bien réel pour elle. **La personne décompensée n'ose pas parler** de l'étrangeté éprouvée, à nous de l'aider, sans se mettre à sa place.



«Le dialogue de crise permet un moment de rencontre, que l'on soit infirmier, médecin, patient ou proche. Il favorise la rencontre, d'humain à humain. Il ne remplace certes pas les autres thérapies, mais en est un complément.»

Dominique Scheder

MENER LE DIALOGUE DE CRISE

Dans le **Dialogue de crise**, il est important de s'impliquer en ayant une attitude **authentique** et **rassurante**. Pour ce faire, on amorce l'échange comme suit:

«J'aimerais te dire quelque chose.»

Ainsi, on attire l'attention de la personne en crise.



*«Ces quelques mots entrent en résonance avec notre être profond. Ils rejoignent les quêtes existentielles des plus grands poètes.»
Dominique Scheder*

Ensuite viennent **4 étapes, pour lesquelles il faut rester fidèle aux mots indiqués** (avec la pratique, les professionnels peuvent proposer des variantes s'ils maîtrisent la théorie sous-jacente).

Marquer une pause entre chaque étape en attendant la réponse (max. 1 min).

Les personnes en crise écoutent toujours!

1 ABORDER

Rappelle-toi comment tout cela a commencé. Est-ce que tu es au centre du monde? Entres-tu en communication avec tout le monde? Tout le monde s'occupe de toi et toi de tous? Ne fais-tu qu'un avec tous les hommes?

Si la réponse est un «Non» franc et clair, attendre et revenir plus tard. Sans réponse, continuer sous forme de monologue en marquant les pauses.

3 DIRE

Nous sommes tous en lien les uns avec les autres. Parfois, on ne sait plus qui imite qui, qui influence qui.

Si la personne a évoqué un lien particulier, reprendre ce lien. Par exemple dire: «Des gens font des signes, tu sais que ces signes te sont adressés. C'est étrange, mais c'est ainsi.»

2 VALIDER

À ta place, je vivrais la même chose, c'est une vraie expérience, une expérience que les humains font parfois. Certains l'ont déjà vécue, d'autres la vivront encore.

4 ENCOURAGER

Ce qu'il se passe depuis un certain temps est surprenant, peut-être inquiétant, mais je pense qu'il ne va rien arriver de grave. Souviens-toi, ça n'a pas toujours été ainsi.



Les non-professionnels doivent appliquer cette méthode seulement dans des circonstances où la personne en crise ne présente pas de risque de violence envers elle-même ou autrui. Cependant, l'utilisation du **Dialogue de crise** a souvent permis de détendre l'atmosphère, éloignant ainsi un risque de violence. La méthode n'est pas destinée à remplacer une hospitalisation ou l'intervention de professionnels. Elle permet de calmer la situation, d'aider la personne en crise à se retrouver dans la réalité partagée, où chacun peut apprécier le point de vue de l'autre tout en gardant ses distances. L'échange doit être court, mais la séquence de questions peut être utilisée 2 ou 3 fois dans la même journée.