



Profamille en psycho-educatie

Wat is psycho-educatie?¹

Psycho-educatie kan worden gedefinieerd als een didactische interventie die er enerzijds op gericht is patiënten en hun naasten te informeren over psychiatrische aandoeningen, en anderzijds als doel heeft hun vermogen om ermee om te gaan

te verbeteren.

Het gaat niet alleen om een overdracht van informatie, maar ook om een pedagogische methode die op de problemen is afgestemd met als doel deze te kunnen aanpakken en de houdingen en het gedrag te veranderen.

De term “psycho-educatie” werd in de jaren 1950 voor het eerst gebruikt om te verwijzen naar de overdracht van kennis met betrekking tot psychiatrische aandoeningen voor therapeutische doeleinden. Psycho-educatie richtte zich in eerste instantie tot de naasten, en later ook tot de schizofreniepatiënten zelf. In de jaren 1980 heeft de therapeutische doeltreffendheid van familiale psycho-educatie om het risico op herval en nieuwe opnames te vermijden voor een revolutie gezorgd op het gebied van gezinstherapie.

Aan het einde van de jaren 1990 werd psycho-educatie uitgebreid naar andere psychische aandoeningen. De therapeutische doeltreffendheid van familiale psycho-educatie om het risico op herval en nieuwe opnames te vermijden heeft in de jaren 1980 voor een revolutie op het gebied van gezinstherapie gezorgd.

Wat schizofrenie betreft, is inmiddels aangetoond dat zogenoemde “psycho-educatie van het gezin van de patiënt” zowel medisch als economisch nuttig is en systematisch zou moeten worden voorgesteld. Deze praktijk is echter nog onvoldoende ontwikkeld.

Wat houdt het psycho-educatieve programma van Profamille in?

Profamille is een gestructureerd psycho-educatief programma dat bestemd is voor naasten van een persoon die te maken krijgt met schizofrenie of een verwante stoornis.

Schizofrenie treft ongeveer 1 % van de Belgische bevolking en vormt een groot probleem voor de volksgezondheid. De omvang, de kosten en de gevolgen ervan worden binnen de samenleving nog onvoldoende erkend, en komen weinig aan bod binnen studies en beleid op het gebied van volksgezondheid.

Uit internationale wetenschappelijke literatuur blijkt dat psycho-educatie van gezinnen de levenskwaliteit van de patiënt ten goede komt, mits het lang genoeg wordt aangeboden (meer dan 10 sessies) en wanneer hierin een bepaald aantal aspecten aan bod komen. .

Profamille omvat een eerste module van 14 sessies en een tweede verdiepingsmodule. Het programma wordt regelmatig bijgewerkt en verbeterd, en vergroot de zelfredzaamheid van gezinnen, verbetert hun levenskwaliteit en is erop gericht het herstel van patiënten te bevorderen.



PROFAMILLE
PROGRAMME DE PSYCHOEDUCATION

¹ Fragment [Psychoéducation : définition, historique, intérêt et limites - ScienceDirect](#)

Talrijke wetenschappelijke publicaties hebben reeds gewezen op de positieve invloed van gedragstherapieën om depressies bij naasten te behandelen, met name via groepsmethoden. Dergelijke psychotherapeutische methoden zijn immers veruit het doeltreffendst voor de behandeling van depressieve stoornissen.

Het programma Profamille steunt op deze benadering en besteedt aandacht aan het gedrag, de vaardigheden en de emotionele beleving van gezinnen, met twee doelstellingen, die deels van elkaar afhankelijk zijn: het persoonlijk comfort vergroten en de steun die ze aan de patiënt kunnen bieden verbeteren.

Ontstaan van het Profamille-programma

Het programma werd oorspronkelijk ontwikkeld in Quebec door professor Hugues Cormier en zijn medewerkers van de eenheid Preventieve en Sociale Psychiatrie. In 1988 werd het programma getest bij 50 mensen en werd het gevalideerd. Vanaf 1991 werd het verspreid in de Franstalige wereld dankzij het netwerk *Réseau Francophone des Programmes de réhabilitation Psychiatrique*.

Verschillende Zwitserse deelnemers aan het programma bundelden in 2000 hun krachten. Dit initieel Zwitserse netwerk heeft zich in 2003 opengesteld voor Franstaligen. Andere groepen uit Frankrijk hebben vervolgens toenadering gezocht tot het netwerk.

Op dit moment omvat het internationale Franstalige netwerk Profamille 74 teams in Frankrijk, Zwitserland, België, Luxemburg, Marokko en Algerije. Dit komt neer op 141 sessies en 1.491 mensen die module 1 van V.3.3 hebben aangevat.

Profamille: de meest toegepaste psycho-educatieve module ter wereld

Jaar na jaar maken meer gezinnen gebruik van het Profamille-programma. Daardoor is het intussen het meest toegepaste psycho-educatieve programma ter wereld.

Profamille: het enige psycho-educatieve programma in de Franstalige wereld met een degelijke wetenschappelijke validering

Tijdens ons jaarlijkse congres, dat in november 2021 plaatsvond in het CHU van Montpellier, heeft dr. Yann Hodé, voorzitter van de vereniging Profamille, bij het opstarten van deze nieuwe versie van het Profamille-programma ons de volgende stand van zaken voorgelegd:

1. De uitbreiding van het netwerk ondanks COVID-19, Profamille versie V.3. is het meest toegepaste psycho-educatieve programma ter wereld.
2. Bevestiging van de halvering van het aantal zelfmoordpogingen dankzij V.3.3., ondanks COVID-19.²
3. Nieuwe vaststelling dat de positieve reacties met de patiënt verbeteren dankzij V.3.3., en een gedeeltelijke overdracht van de praktijk naar andere gezinsleden.
4. Er wordt een grote doeltreffendheid van V.3.3. vastgesteld voor drie belangrijke criteria:
 - a. Meer dan de helft van de deelnemers die aanvankelijk depressief waren, bleken dit niet langer aan het einde van module 1.



² Artikel in "Prévention suicidaire dans la schizophrénie : importance de la psychoéducation des familles": <https://1drv.ms/b/s!AqkcxTgnHeMlkBu6z6D-T33MUkNY?e=Rm9CyU>

- b. Drie kwart van de deelnemers kon zich bij afloop van module 1 beter redden wat hun relaties met de patiënt betreft en de manier waarop zij met de moeilijkheden omgingen.
- c. 62 % van de patiënten functioneert beter in het dagelijkse leven aan het einde van module 1, wat tot een aanzienlijke daling van het gemiddelde aantal dagen ziekenhuisopname leidt in het daaropvolgende jaar (als de deelnemer voortgaat met module 2).



Wat zeggen de deelnemers over het psycho-educatieve programma

“Door Profamille begrijp ik beter het belang van de omgeving van de zieke naaste. Daardoor heb ik mijn communicatie en gedrag met hem grondig gewijzigd, door communicatietechnieken toe te passen die ik tijdens de vorming heb geleerd. En het werkt: het gaat beter met mijn naaste.” (Moeder van een schizofreniepatiënt)



“Profamille is geen Wikipedia. We begrijpen de signalen van de ziekte vanuit een persoonlijke ervaring, we “beleven” ze. Door deze sessies kon ik me openstellen voor een nieuwe wereld, andere levens; het heeft me “beter” gemaakt. Dit programma geeft je houvast, reikt je de instrumenten aan die je niet noodzakelijk onmiddellijk toepast, maar na verloop van tijd.” (Fragment van de getuigenis van Christine - Témoignage de Christine C. - PROMESSES (promesses-sz.fr))



“Dit programma reikt je in feite een toolbox met praktische vaardigheden aan. Dankzij oefeningen en training verwerf je bepaalde reflexen. Ik heb dit recent ervaren toen mijn zoon in een crisismoment terecht kwam. Ik had alle juiste handelingen in mijn hoofd en kon de situatie onder controle krijgen. We waren uiteraard niet alleen, we hadden de huisarts en de psychiater ingelicht, die het hebben overgenomen. Maar ik geraakte niet in paniek.” (Fragment van de getuigenis van Elisabeth - Témoignage d'Elisabeth - PROMESSES (promesses-sz.fr))



“Dankzij Profamille ben ik minder veeleisend voor mijn dochter, zonder agressie, kan ik luisteren en kan ik van het moment genieten. Voor haar recentste verjaardag besloten we samen iets te doen. Ik heb een dag verlof genomen. ‘s Ochtends, bij het vertrek wou ze niet meer mee en is ze weer in bed gekropen. Vroeger was ik dan enorm gefrustreerd. Nu heb ik begrepen dat ik beschikbaar moet zijn zonder steeds iets terug te verwachten. Zo heb ik toch zelf kunnen genieten van mijn verlofdag. En de dag nadien, grote verrassing, vroeg ze me om met haar mee te gaan. We hadden een geweldige dag... Vandaag is er dialoog, ook al is niet alles eenvoudig. We hebben de gevoelens opnieuw een plaats kunnen geven, ze vraagt knuffels... Ik kende Profamille via het internet. De psychiater die de diagnose heeft gesteld bij mijn dochter had erover gesproken. Ik heb mijn man gevraagd of hij mee wou gaan. Ik was verbaasd dat hij dit zo vastbesloten aanvaardde. We zijn dus samen gegaan in 2015. Het was vanzelfsprekend voor ons dat we erheen moesten om onze dochter beter te begrijpen en alles te doen opdat het beter zou gaan met haar. In het begin was het moeilijk, huilden we vaak. Maar het was helend, we konden van gedachten wisselen met andere gezinnen. Ik heb me erop toegelegd alle oefeningen te doen uit liefde voor mijn dochter. Ze verbleef in het ziekenhuis, ik mocht haar niet zien, dat was het enige dat ik voor haar kon doen. Ik heb veel geleerd: over de ziekte, de behandelingen, schuldgevoel, de verhouding tot anderen. Dankzij Profamille heeft mijn man inzicht gekregen in de realiteit van de ziekte. Dat heeft enorm geholpen. Hij is een grotere steun geworden voor mij.” (Fragment van de getuigenis van Joséphine - Témoignage de Joséphine - PROMESSES (promesses-sz.fr))

“In het begin dacht ik dat Profamille ons pasklare methoden zou aanreiken. Die waren er, maar we moesten ons deze methoden eigen maken en aanpassen aan onze situatie. Dat was niet altijd eenvoudig. Dat zorgt er wel voor dat je je openstelt voor anderen, of je dat nu wilt of niet. En dat je ziet dat het een ziekte is die wel degelijk bestaat. Ik geef toe dat ik er nu gemakkelijk over kan praten, ook met mijn zoon. Misschien heb ik ongelijk, ik weet het niet. Het is een ziekte, het kan voorvallen, ze komt overal voor, het is “normaal”. Het beeld over de ziekte is belangrijk. Het is een vaak voorkomend syndroom. Vandaag wordt gemakkelijker over Alzheimer bij ouderen gepraat, maar er zijn evenveel schizofreniepatiënten.” (Fragment van de getuigenis van .D.P. - [Témoignage de D.P.](#) - [PROMESSES \(promesses-sz.fr\)](#))



Meer informatie

Team Profamille van het Brussels Platform Geestelijke Gezondheid:

Olivier De Gand - Geneviève D’Hoop – Charly Bottin

profamille@platformbxl.brussels of 0475/601.071



Informatiebijeenkomst over de volgende sessie: donderdag 2 juni 2022 van 18.00 tot 20.00 uur

<https://platformbxl.brussels/nl/onze-activiteiten/vormingen/profamille-vorming>

Netwerk Profamille in België

Stéphanie Lemestré – 0455/11.55.55 – stephanie.lemestre@profamille.site

Team in België: https://1drv.ms/b/s!AqkcxTgnHeMlr26rj_FvEanFL0DZ?e=LcicuW

www.profamille.site

