



RAPPORT SYNTHÉTIQUE D'ÉVALUATION QUADRIENNALE 2024

PROGRAMME ETP*

“TROUVE TON ÉQUILIBRE!”

à destination des personnes atteintes du
trouble de la personnalité Borderline

Centre hospitalier du Rouvray
4 rue Paul Eluard
76300 Sotteville-lès-Rouen

*Education Thérapeutique du Patient

SOMMAIRE

A. Le programme et l'identification du coordonnateur et de l'équipe.....	2
C. Analyse des effets du programme d'ETP et conclusions.....	4
a) La mise en œuvre du programme d'ETP a-t-elle abouti aux changements attendus chez les bénéficiaires ?	4
➤ Les effets favorables du programme chez les bénéficiaires.....	4
➤ Les effets défavorables du programme chez les bénéficiaires	10
b) La mise en œuvre du programme d'ETP a-t-elle des conséquences sur le fonctionnement de l'équipe ?	11
➤ Les effets favorables sur le fonctionnement de l'équipe.....	11
➤ Les effets défavorables sur le fonctionnement de l'équipe	13
c) La mise en œuvre globale du programme d'ETP a-t-elle permis son intégration dans l'offre de soins locale ?	13
d) Comment a évolué la mise en œuvre du programme ?.....	17
➤ Améliorations apportées à la qualité de la mise en œuvre du programme.....	17
e) Comment ont évolué les indicateurs relatifs au fonctionnement, à la mise en œuvre, à la coordination ?	18
➤ Evolution de l'activité du programme	18
f) Comment a évolué la structuration du programme ? (Conformité au programme défini au départ ou écarts)	20
➤ Ajustements et intégration de nouvelles approches.....	20
➤ Perspectives d'évolution et renforcement du programme	20
E. Décision prise pour l'avenir du programme	21
F. Modalités de mise à disposition du rapport	23
Annexes	24
➤ Annexe 1 : Echelle DERF-S.....	24
➤ Annexe 2 : Questionnaire de satisfaction des participants au programme	26
➤ Annexe 3 : Questionnaire de satisfaction pour l'équipe éducative	27
➤ Annexe 4 : Objectifs généraux du programme, objectifs spécifiques du référentiel compétences.....	29
➤ Annexe 5: Poster du rapport quadriennal.....	31

SYNTHESE INTRODUCTIVE

Contexte et objectifs du rapport

Depuis son autorisation le 8 octobre 2020, le programme d'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) « Trouve ton équilibre !! » s'adresse aux adultes atteints du trouble de la personnalité borderline, avec pour ambition d'améliorer leur qualité de vie, de renforcer leur régulation émotionnelle et de prévenir les situations de crise. Ce rapport quadriennal (2020-2024) vise à évaluer l'impact global du programme, à analyser les résultats obtenus et à identifier les axes d'amélioration pour les années à venir.

Résultats principaux

1. Impact sur les bénéficiaires

- **Amélioration de la régulation émotionnelle** : L'échelle DERF-S montre une réduction globale des scores (de 143,2 à 101,7), notamment sur la clarté émotionnelle (-9,4) et l'acceptation émotionnelle (-8,1).
- **Réduction des hospitalisations et des consultations d'urgence** : 59 % des participants n'ont eu aucun recours aux soins aigus après le programme.
- **Satisfaction élevée** : 97 % des patients recommandent le programme, et 90 % déclarent avoir acquis des outils concrets pour gérer leur quotidien.

2. Effets sur l'équipe

- **Collaboration interprofessionnelle renforcée** : Grâce à des formations continues sur les troubles borderline, la mentalisation et la gestion des traumatismes.
- **Besoins en ressources humaines** : Un besoin persistant pour garantir un suivi post-programme et un accompagnement renforcé des bénéficiaires critiques.

3. Intégration dans l'offre de soins locale

- **Augmentation et diversification des patients** : Le programme a enregistré une augmentation de 127,3 % des nouveaux patients entre 2022 et 2024, avec une diversification géographique.
- **Reconnaissance par les partenaires** : Des initiatives comme la formation en milieu carcéral ont renforcé l'intégration du programme.

Perspectives d'avenir

Pour répondre aux besoins évolutifs des bénéficiaires et renforcer l'impact du programme, plusieurs actions prioritaires sont envisagées :

1. **Unité spécialisée** : Créer une unité dédiée pour pérenniser les acquis et répondre aux besoins complexes des bénéficiaires critiques.
2. **Formation dans les territoires éloignés** : Étendre le programme dans les zones rurales (Pays de Caux, Pays de Bray, Elbeuf).
3. **Extension en milieu carcéral** : Adapter les outils éducatifs aux besoins spécifiques des détenus.
4. **Soutien aux familles** : Intégrer un module dédié pour renforcer leur compréhension et leur résilience.
5. **Développement de la téléconsultation** : Pour garantir l'accessibilité et la flexibilité du suivi, en ciblant les étudiants et jeunes actifs.

A. Le programme et l'identification du coordonnateur et de l'équipe

Date d'autorisation du programme : 08 octobre 2020

Date du rapport d'évaluation quadriennale : 07 février 2025

Intitulé du programme : « Trouve ton équilibre !! »

Modalités de prise en charge et fonctionnement : Le programme « Trouve ton équilibre ! » est rattaché au Centre Hospitalier du Rouvray, sous la direction de M. Franck ESTEVE, et se déroule au sein de l'Unité Fonctionnelle d'Éducation Thérapeutique du Patient (UF 5799 ETP). Il est principalement réalisé en ambulatoire, bien que certains patients puissent être hospitalisés pendant leur participation.

Identification du coordonnateur :

- **Nom :** Éloïse HELLOT
- **Qualité :** Infirmière diplômée d'État (IDE), coordinatrice et conceptrice du programme, titulaire d'un Master 2 parcours Ingénierie en Éducation à la Santé Education thérapeutique du Patient.
- **Coordonnées :** Centre Hospitalier du Rouvray, mail : eloise.hellot@ch-lerouvray.fr, téléphone : 02.32.95.68.53

Composition de l'équipe :

- **Psychologue clinicienne :** Marie LEFORT PICARD, conceptrice du programme, formée à la dispensation ETP (42h), TCC et EMDR, (1 ETP).
- **Aide-soignante :** Julie BRIARD, formée à la dispensation ETP (42h), en formation sur la pleine conscience (1 ETP).
- **Psychologue spécialisée en neuropsychologie :** Pauline COLLET (0,6 ETP), formation à la dispensation ETP (42h) demandée, formée en TCC.
- **Médecin :** Dr Anne GRANDSIRE, formatrice occasionnelle pour Promotion Santé Normandie (PSN) (0,1 ETP), formée en remédiation cognitive.

Autres acteurs du programme :

- **Ergothérapeute :** Carine DOLOUE
- **Psychologue clinicienne spécialisée en thérapie familiale :** Mélanie BENARD BETOUS
- **Pair aidant bénévole :** Mallauray FERON
- **Associations partenaires :** Connexion Familiale

Description succincte du programme :

- **Population concernée:**

Ce programme s'adresse aux **adultes atteints du trouble de la personnalité borderline et volontaires à entreprendre une démarche visant à améliorer leur qualité de vie**. Elles peuvent y accéder sur orientation d'un médecin ou d'une équipe soignante, ou encore s'inscrire de leur propre initiative.

- **Objectifs :**

Le programme « Trouve ton équilibre ! » vise à **réduire la stigmatisation, renforcer la tolérance émotionnelle, apaiser le vécu traumatique, et développer la résilience des patients grâce à des outils d'auto-réassurance**. Il répare l'**alliance thérapeutique** et favorise l'**autonomie** en aidant les patients à **identifier leurs besoins et à demander un soutien adapté**.

- **Organisation du programme:**

- Un **bilan initial et final éducatif partagé** pour évaluer les besoins et les résultats.
- **31 séances** déclinées en trois volets (Insight, accueil des émotions, Plan d'urgence)

B .Déroulement de l'évaluation quadriennale

Modalités de l'évaluation :

- **Participants :** Membres de l'équipe pluridisciplinaire mentionnée ci-avant, patients ayant suivi le programme, partenaires associatifs.
- **Démarche :**
 1. Depuis 2020 : recueil continu des données nécessaires à l'évaluation du programme, sur 4 ans.
 2. Analyse des données quantitatives (indicateurs de participation, actes réalisés, etc.)
 3. Collecte des retours qualitatifs (échelles de satisfaction, témoignages)
 4. Réunions d'équipe pour interpréter les résultats et identifier les points d'amélioration.
 5. Rédaction du document final

Les analyses présentées dans ce rapport se concentrent principalement sur les années 2023 et 2024, car ces périodes reflètent mieux la maturité atteinte par le programme et l'impact des ajustements réalisés depuis sa création. Ces résultats, bien que limités à une période plus récente, offrent une base solide pour guider les futures évaluations quadriennales.

C. Analyse des effets du programme d'ETP et conclusions

a) La mise en œuvre du programme d'ETP a-t-elle abouti aux changements attendus chez les bénéficiaires ?

➤ Les effets favorables du programme chez les bénéficiaires

1. Amélioration de la régulation émotionnelle

1.1 L'utilisation de l'échelle DERF-S systématique préprogramme et post programme des participants au programme.

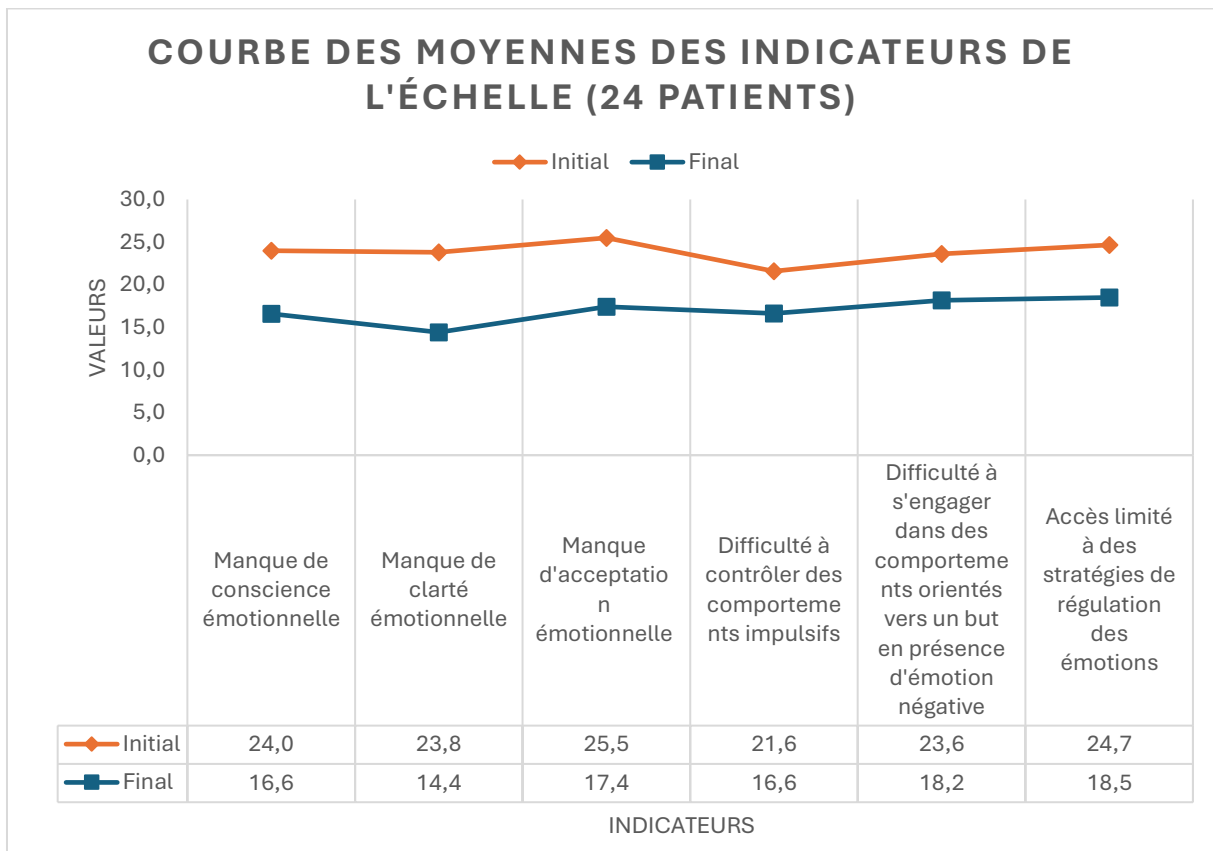
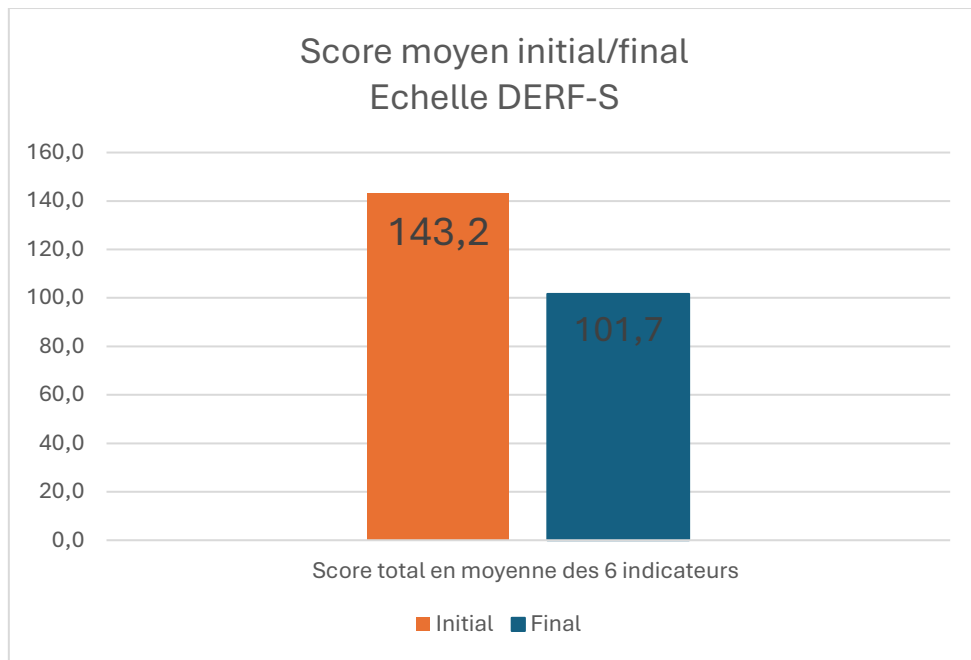
L'échelle DERF-S (annexe 1) a mesuré **les évolutions de la régulation émotionnelle** des **24 participantes au programme « Trouve ton équilibre ! » en 2024** (moyenne d'âge : 25,4 ans, 100% femmes, issues de milieux urbains et ruraux). L'objectif était d'évaluer **l'impact individuel et collectif du programme sur la gestion émotionnelle**.

L'échelle DERFS, utilisée pour évaluer **la régulation émotionnelle** à travers six indicateurs clés :

- **Conscience émotionnelle**
- **Clarté émotionnelle**
- **Acceptation émotionnelle**
- **Contrôler les comportements impulsifs**
- **S'engager dans des comportements orientés vers un but en présence d'émotions négatives**
- **Accès à des stratégies de régulation émotionnelle**

L'échelle DERF-S, **notée de 1 à 5** (un **score réduit** indiquant une meilleure régulation émotionnelle), a été administrée avant et après le module « Accueil des émotions ». L'analyse **a comparé les scores initiaux et finaux** pour chaque indicateur et globalement.

1.2 Les résultats de données de l'échelle DERF-S



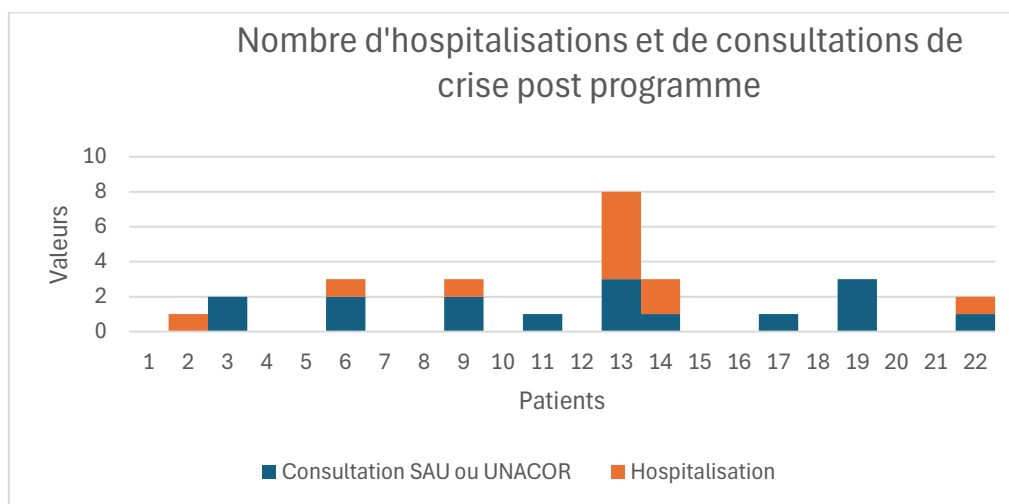
Elle révèle **une amélioration significative** des capacités des patients après le programme « Trouve ton équilibre ! ». Avec une réduction globale du score total moyen de 143,2 à 101,7 points, les progrès les plus marqués concernent **la clarté émotionnelle (-9,4 points)** et **l'acceptation émotionnelle (-8,1 points)**, traduisant **une meilleure compréhension et gestion des émotions**. L'amélioration, bien que visible dans tous les domaines, est légèrement moins prononcée pour le contrôle des comportements impulsifs (-5,0 points), indiquant un axe de travail à renforcer. Ces résultats confirment **l'efficacité globale du programme**, tout en soulignant **l'importance de consolider les acquis liés à la clarté et à l'acceptation émotionnelle** et de **développer des interventions ciblées pour les dimensions plus fragiles**. Pour garantir la durabilité de ces progrès, il est recommandé de mettre en place **des évaluations à 6 ou 12 mois** et de proposer des modules spécifiques axés sur le contrôle des impulsions et l'engagement orienté vers un but.

Résultat : Une amélioration significative de la régulation émotionnelle a été constatée grâce à l'échelle DERF-S, avec une réduction globale des scores (de 143,2 à 101,7), notamment sur la clarté et l'acceptation émotionnelle.

2 .Réduction des hospitalisation et des consultations de crises

Les consultations SAU/UNACOR et les hospitalisations post-programme **évaluent l'impact du programme sur la régulation émotionnelle, les débordements persistants, et les besoins d'amélioration**. L'échantillon comprend **les patients suivis en 2023, observés jusqu'à fin 2024**.

2.1 Les résultats globale des données du taux d'hospitalisation et de consultation de crise post programme



- **Réduction des consultations et hospitalisations**

Le programme a permis **de limiter les consultations et hospitalisations pour une majorité de patients**. Sur 22 participants, 9 (40,9 %) ont eu au moins une consultation SAU/UNACOR post-programme, pour un total de 16 consultations. Par ailleurs, 6 patients (27,3 %) ont été hospitalisés, avec un total de 11 hospitalisations. **La majorité des participants (59,1 %, soit 13/22) n'ont eu aucune consultation ni hospitalisation, traduisant une stabilisation post-programme.**

- **Patients stables**

Les patients stables, n'ayant pas ou peu eu recours aux services d'urgence ou à l'hospitalisation, semblent avoir intégré efficacement les outils proposés. Ces résultats mettent en lumière **l'impact positif du programme sur la régulation émotionnelle et la capacité à gérer les crises**. Pour ces patients, un suivi adapté à long terme, incluant des activités spécifiques au sein d'une unité thérapeutique spécialisée, est recommandé pour consolider les acquis et prévenir les rechutes.

Les données révèlent **un impact globalement positif du programme, avec une majorité de patients stabilisés**. Cependant, des ajustements ciblés sont nécessaires pour répondre aux besoins des profils les plus critiques. Une analyse future intégrant **des données antérieures permettra de confirmer ces tendances et d'affiner les améliorations du programme.**

Résultats : Une réduction des hospitalisations et des consultations d'urgence a été observée, **avec 59 % des participants n'ayant eu aucun recours aux soins aigus après le programme.**

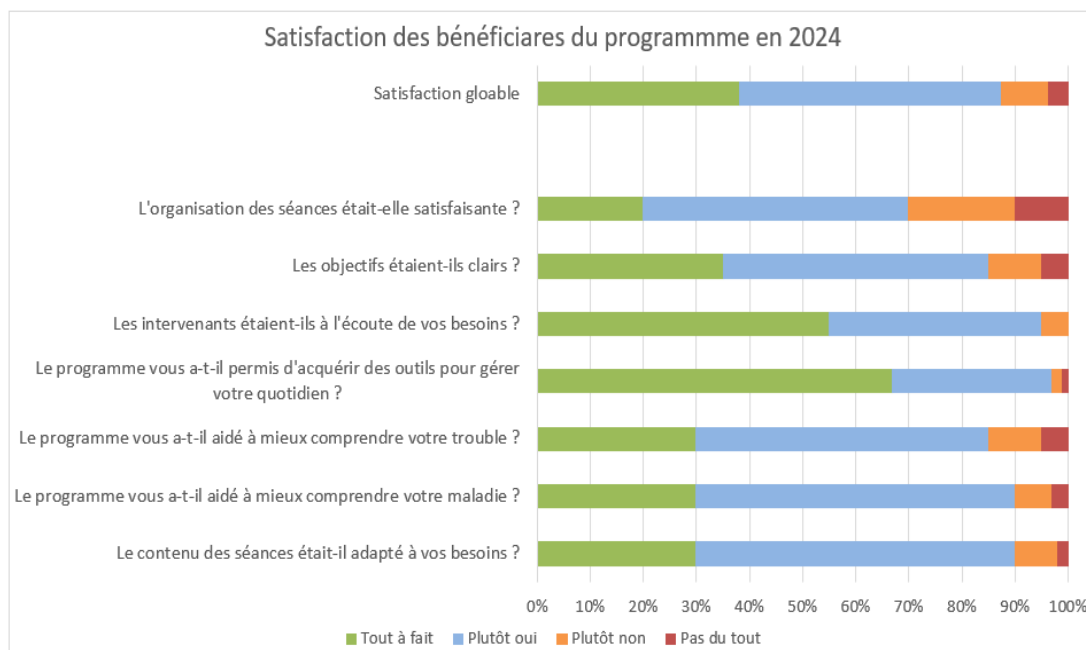
3. Une exploitation des questionnaires de satisfaction remis aux bénéficiaires à l'issue des séances éducatives

Le questionnaire de satisfaction (annexe 2), utilisé pour évaluer l'impact et la perception du programme ETP, comprend plusieurs critères clés. Ces derniers permettent de mesurer à la fois l'efficacité du programme et la satisfaction des bénéficiaires. Les principaux éléments évalués sont :

- La **satisfaction globale** des participants, offrant une vision d'ensemble de leur expérience.
- **L'organisation des séances**, incluant des aspects tels que les horaires, la durée et le lieu des sessions.
- La **clarté des objectifs** du programme, afin de déterminer si les attentes des participants étaient clairement définies dès le départ.
- **L'écoute des intervenants** envers les besoins des participants, soulignant leur disponibilité et leur empathie.
- La **capacité du programme à fournir des outils pratiques** pour gérer le quotidien, mesurant son impact concret dans la vie des bénéficiaires.
- **L'aide apportée pour mieux comprendre le trouble**, afin d'améliorer la gestion personnelle des symptômes.
- **L'adaptation du contenu des séances aux besoins spécifiques** des participants, évaluant la personnalisation et la pertinence des activités proposées.

Ce questionnaire, administré sous format papier ou numérique, a permis d'identifier les forces et les axes d'amélioration du programme, notamment sur l'organisation et la personnalisation des séances.

3.1 Les résultats des questionnaires de satisfaction remis aux bénéficiaires du programme



L'analyse générale met en lumière plusieurs aspects positifs du programme ETP sur le trouble de la personnalité borderline. Les intervenants sont largement appréciés, avec **un taux de satisfaction de 95 % concernant leur écoute**. De plus, 90 % des participants estiment que le programme leur a fourni des outils concrets, et 85 % ont amélioré leur compréhension de la maladie. **La recommandation quasi unanime du programme (97 %) confirme son utilité et son impact significatif.**

3.2 Exemples de citations anonymisées

« Merci infiniment pour votre écoute bienveillante et votre chaleur humaine. Je serais quoi mettre en place lors des moments difficiles. J'ai acquis une sécurité intérieure, j'ai pu découvrir des stratégies efficaces que me permettent de m'apaiser émotionnellement. Les moments de partage d'expérience avec les autres participantes m'ont beaucoup appris sur moi-même et m'ont offert un cadre sécurisant ». Hélène

« D'une simple habitude, deux séances par semaine, j'ai réussi à évoluer, grandir et prendre conscience des choses que je ne comprenais pas. L'ETP est rapidement devenu l'endroit où je me sentais le mieux et la plus écoutée. Tout cela est grâce à vous et à nous. Alors merci pour tout ça, et aussi à la personne que je deviens. Merci aussi pour la bienveillance, et ces moments de sérénité. » Clémentine

4. Taux de participation et adhésion au programme

Taux de participation élevé : Avec une participation atteignant **91 % à 92 %** selon les années, la majorité des patients inscrits ont suivi le programme de manière assidue.

Recommandation du programme : **97 % des bénéficiaires** ont déclaré qu'ils recommanderaient le programme, ce qui témoigne de sa pertinence et de son utilité.

Taux de satisfaction des intervenants : **95 % des participants** ont exprimé leur satisfaction sur l'écoute et l'accompagnement des intervenants.

Participation régulière aux séances : La constance des patients dans leur engagement (par exemple, les bilans éducatifs partagés et les actes de groupe réalisés) illustre leur intérêt et leur implication dans le programme.

➤ Les effets défavorables du programme chez les bénéficiaires

1. Renforcer l'accompagnement des bénéficiaires critiques et envisager une unité spécialisée

Les résultats des deux analyses convergent pour souligner **la nécessité de renforcer l'identification des besoins individuels et la personnalisation des interventions au sein du programme**, tout en ouvrant **la réflexion sur la création d'une unité spécialisée dédiée au trouble de la personnalité borderline**.

D'une part, les progrès significatifs en termes de clarté et d'acceptation émotionnelle attestent de l'efficacité globale du programme, mais mettent également en évidence des dimensions plus fragiles, comme **le contrôle des impulsions et l'engagement orienté vers un but**, qui nécessitent **des interventions ciblées**. Ces faiblesses sont corroborées par l'analyse du taux de consultations de crise et d'hospitalisations, qui révèle que certains patients critiques, tels que P13 et P19, ne parviennent pas à intégrer pleinement les outils éducatifs. Cela reflète des **besoins spécifiques, souvent liés à des comorbidités ou à un manque de préparation personnelle, non couverts par le programme standard**. Par ailleurs, les questionnaires de satisfaction révèlent qu'une minorité de participants (10 à 15 %) n'a pas ressenti d'impact clair sur leurs besoins spécifiques ou leur compréhension du trouble, ce qui renforce la nécessité de **proposer des interventions davantage personnalisées**. Ces constats convergent pour mettre en avant l'importance d'une unité spécialisée, qui pourrait non seulement **cibler les besoins complexes de ces patients critiques, mais également optimiser l'accompagnement global et la durabilité des progrès pour l'ensemble des bénéficiaires**.

- **Lien et recommandations :**

Ces constats soulignent l'importance de renforcer les bilans éducatifs pour :

- Identifier plus précisément **les comorbidités, les niveaux d'introspection, l'état de préparation des patients à s'engager dans le processus de changement, le niveau cognitif et le suivi nécessaire (IDE/psycho, psychiatre)**.
- Repérer **les barrières à l'intégration des outils éducatifs**, notamment pour les patients critiques.

En complément, il apparaît essentiel de proposer des interventions spécifiques telles que :

- Des **thérapies axées sur les traumatismes**, adaptées aux profils les plus complexes.

- Des **modules renforcés sur la régulation émotionnelle et le contrôle des comportements impulsifs.**
- Un suivi structuré et intensif au sein d'une **unité spécialisée dédiée au trouble de la personnalité borderline**, où des approches thérapeutiques personnalisées et un accompagnement renforcé pourraient être mis en œuvre.

Ces mesures permettraient non seulement de répondre aux besoins spécifiques des patients critiques, mais également **de garantir la durabilité des progrès pour l'ensemble des bénéficiaires du programme.** La réflexion autour de la mise en place d'une unité spécialisée constitue donc un levier clé pour optimiser **l'impact global du programme, tout en assurant un suivi à long terme des patients.**

2. Obstacles logistiques et enjeux d'accessibilité

Les contraintes géographiques et les conditions de précarité limitent l'accès de certains patients au programme. De plus, l'organisation des séances a suscité 30 % d'insatisfaction, suggérant des ajustements nécessaires au niveau des horaires, de la durée ou des lieux. En effet, **notre population est majoritairement composée d'étudiants et de jeunes actifs ayant des emplois du temps chargés, ce qui complique leur organisation.**

Recommandation : La mise en place **de téléconsultations pourrait représenter une solution adaptée, offrant une meilleure accessibilité et une flexibilité accrue dans le suivi du programme,** tout en répondant aux contraintes spécifiques de cette population.

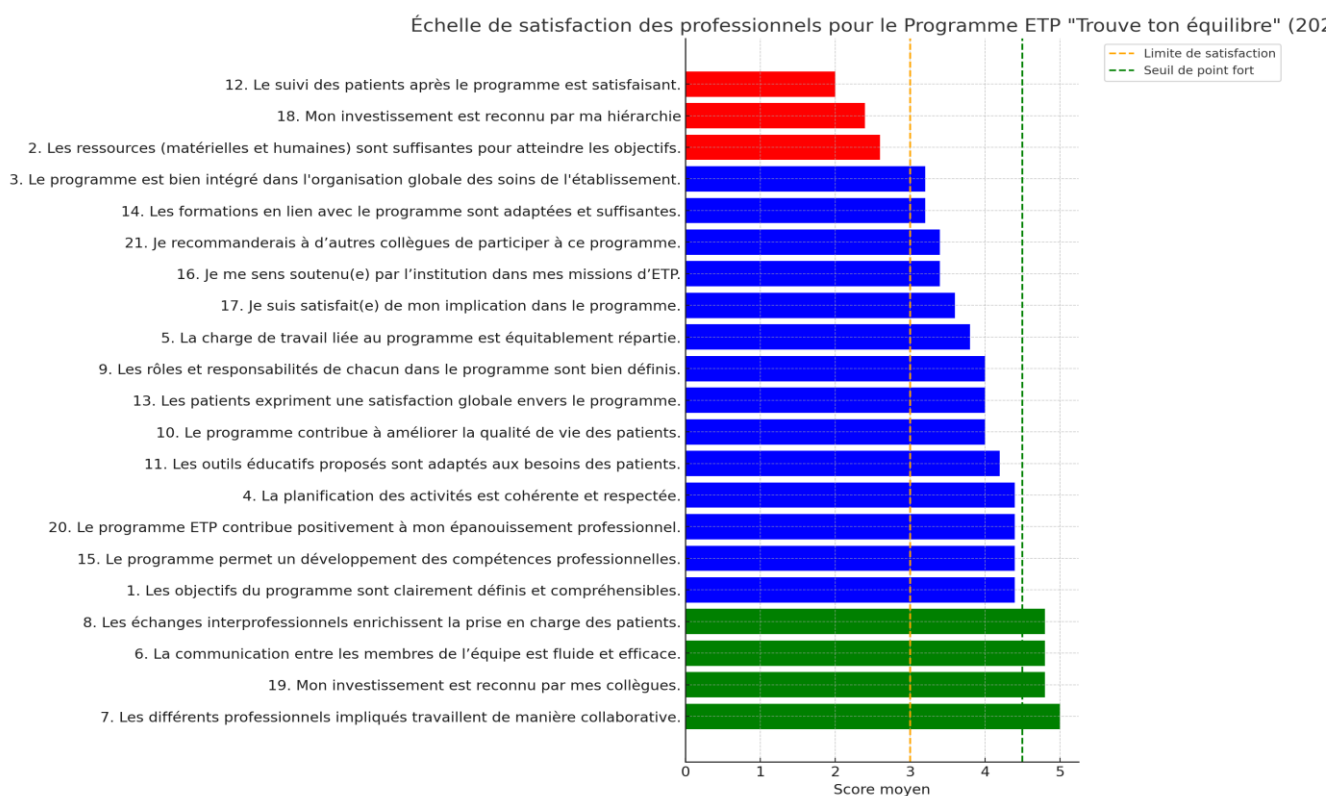
b) La mise en œuvre du programme d'ETP a-t-elle des conséquences sur le fonctionnement de l'équipe ?

➤ Les effets favorables sur le fonctionnement de l'équipe

1. Une exploitation des questionnaires de satisfaction remis à l'équipe

Ce questionnaire (annexe 3) évalue la satisfaction des professionnels du programme ETP "Trouve ton équilibre !!" sur **la clarté des objectifs, la collaboration interprofessionnelle et l'impact du programme sur les patients et leurs pratiques.** Grâce à une échelle de 1 à 5, il met en lumière les points forts et les axes d'amélioration à prioriser pour optimiser le programme

1.1 Les résultats des questionnaires de satisfaction remis à l'équipe



L'analyse des retours des professionnels révèle une satisfaction globale correcte, avec des fondations solides et des pistes d'amélioration ciblées pour optimiser le programme ETP "Trouve ton équilibre !!".

- **Points forts identifiés par l'équipe**
- **Collaboration interprofessionnelle** : Identifiée comme un atout majeur, cette approche permet une vision partagée et précise des besoins des patients, favorisant un apprentissage continu et un enrichissement mutuel des pratiques. L'équipe exprime une grande satisfaction à travailler dans ce cadre collaboratif, où le respect et la confiance renforcent l'engagement et la qualité des soins.
- **Outils éducatifs et planification** : Les outils proposés sont jugés adaptés aux besoins des patients, et la planification des activités est perçue comme cohérente et respectée.
- **Impact sur les patients** : Le programme est reconnu pour son rôle dans l'amélioration de la qualité de vie des participants.

- **Formations continues et renforcement des compétences** : l'équipe a enrichi ses connaissances grâce à des participations à des formations ciblées, telles que le congrès de l'Association Francophone de la Dissociation et des Traumatismes (AFTD) en 2023 et les visioconférences du GHU de Paris, en 2024, sur le trouble de la personnalité borderline. Ces formations ont non seulement permis de mettre à jour les pratiques, mais également d'améliorer le contenu de la formation sur l'accompagnement du trouble borderline en ETP.

Ces initiatives contribuent directement à la satisfaction exprimée par l'équipe concernant la collaboration interprofessionnelle. Elles renforcent l'expertise collective, favorisent l'innovation dans les pratiques et motivent les professionnels à maintenir un niveau élevé de qualité dans la prise en charge des patients.

➤ Les effets défavorables sur le fonctionnement de l'équipe

- **Suivi post-programme** : Un point de faiblesse récurrent concerne **le manque de suivi après la fin du programme**, limitant la continuité des bénéfices pour les patients. Cette situation génère de la frustration parmi les professionnels, qui se **sentent épuisés et parfois impuissants face à l'absence de dispositifs permettant d'assurer un accompagnement post-programme adapté**.

- **Reconnaissance institutionnelle** : Les professionnels notent un besoin accru de soutien de la hiérarchie, notamment en termes **de ressources humaines et matérielles** pour mieux répondre aux exigences du programme. La charge de travail significative, en raison de la complexité des cas pris en charge, pourrait justifier une demande de financement auprès de l'ARS ou la création d'un poste à temps plein pour la psychologue spécialisée en neuropsychologie.

c) La mise en œuvre globale du programme d'ETP a-t-elle permis son intégration dans l'offre de soins locale ?

- **Augmentation des nouveaux patients (+127,3 %) et diversification géographique**

Entre 2023 et 2024, le nombre de nouveaux patients est passé de 22 à 50, soit une augmentation de **127,3 %**. Cette progression s'explique notamment par une diversification

géographique des inscriptions. Si la majorité des participants résident dans l'agglomération rouennaise, nous avons également constaté **une hausse des demandes en provenance des régions d'Elbeuf, du pays de Caux et du pays de Bray**. Par ailleurs, certains patients originaires de zones plus éloignées, comme Le Havre, Dieppe, et même le département du Calvados, ont intégré le programme, bien que la distance reste un frein majeur à leur participation régulière.

Pour répondre à ces défis géographiques, deux stratégies principales sont envisagées :

1. **Former des professionnels de santé** pour déployer le programme dans des structures comme les **Centre de Réhabilitation psychosociale CREP**, à l'image de l'initiative réussie en milieu carcéral. Cette démarche permettrait une prise en charge de proximité, mieux adaptée aux spécificités des territoires concernés.
2. **Téléconsultation pour les étudiants** : Face aux contraintes organisationnelles auxquelles sont confrontés les étudiants, la téléconsultation constituerait une solution pratique. Elle offrirait davantage de flexibilité tout en maintenant une alliance thérapeutique grâce à une ou deux rencontres en présentiel.

Ces adaptations visent à répondre à la demande croissante tout en renforçant l'accessibilité et l'impact du programme.

- **Reconnaissance du programme par les professionnels de santé et partenaires.**

Le programme « Trouve ton équilibre !! » bénéficie d'une reconnaissance croissante auprès des professionnels de santé et des institutions partenaires. En 2024, cette reconnaissance s'est concrétisée par l'organisation de **deux sessions de formation de trois jours** destinées aux professionnels de l'établissement intervenant en milieu carcéral. Ces formations ont reçu des retours très positifs, certains professionnels ayant déjà commencé à développer des offres adaptées pour les détenus souffrant de troubles de la personnalité borderline.

En outre, l'intérêt croissant pour ces formations, exprimé par diverses équipes, illustre l'importance et la pertinence du programme dans des contextes spécifiques, tels que les zones rurales ou carcérales. Ces observations ouvrent la voie à un **déploiement élargi en 2025**, notamment par la formation d'équipes dans des territoires comme Elbeuf, le pays de Bray et le pays de Caux, répondant ainsi à une demande de plus en plus importante.

Enfin, la reconnaissance du programme repose également sur un **maillage renforcé avec les professionnels de santé locaux**. En 2024, nous avons reçu 99 demandes, dont 50 ont déjà été

prises en charge, et les 49 restantes seront suivies en 2025. Ces demandes proviennent d'une diversité de prescripteurs, tels que :

- Les psychiatres hospitaliers (intra et extrahospitaliers).
- Les psychologues et psychiatres libéraux (Horizon santé).
- Les acteurs associatifs, comme La Boussole, la MGEN.

Environ 10 % des demandes sont issues de **sollicitations spontanées de patients**, soulignant leur reconnaissance directe du programme.

Des partenariats avec des équipes extrahospitalières, telles que le Centre de jour Saint-Gervais et le service Colonna, ainsi qu'avec des associations comme la MGEN et La Boussole, ont permis de diffuser efficacement les informations sur le programme, consolidant ainsi son intégration dans l'offre de soins locale.

Conclusions de l'analyse des effets du programme

Cette analyse met en évidence plusieurs **effets positifs** du programme d'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) « Trouve ton équilibre !! » :

1. Chez les bénéficiaires :

-Amélioration de la régulation émotionnelle : Les résultats obtenus grâce à l'échelle DERF-S montrent des progrès significatifs, notamment en termes de clarté et d'acceptation émotionnelle, ainsi qu'une réduction globale des scores, traduisant une meilleure stabilité émotionnelle.

-Réduction du recours aux Urgences et aux hospitalisations : La majorité des patients suivis en 2023 et 2024 ont présenté une stabilisation post-programme, avec 59,1 % n'ayant eu aucun recours aux consultations de crise ni aux hospitalisations.

-Satisfaction des participants : Les bénéficiaires expriment un haut niveau de satisfaction (97 % recommandent le programme) et reconnaissent son impact positif sur leur compréhension du trouble et sur leur quotidien.

2. Sur le fonctionnement de l'équipe :

-Collaboration interprofessionnelle : Identifiée comme un atout majeur, elle favorise un enrichissement mutuel des pratiques et un engagement collectif dans l'accompagnement des patients.

-Formations continues : La participation à des congrès et des formations, comme celles de l'AFTD ou du GHU de Paris, a permis de renforcer les compétences de l'équipe, contribuant à une prise en charge actualisée et pertinente.

-Reconnaissance des efforts de l'équipe : Malgré une charge de travail conséquente, les professionnels démontrent un fort investissement dans l'amélioration de leurs pratiques et de l'accompagnement éducatif.

3. Sur l'intégration dans l'offre de soins locale :

-Augmentation et diversification géographique des participants : Le programme a connu une augmentation de 127,3 % des nouveaux patients entre 2023 et 2024, avec des inscriptions issues de zones élargies telles qu'Elbeuf, le pays de Caux, et le pays de Bray.

-Reconnaissance par les partenaires locaux : La collaboration avec des structures hospitalières, extrahospitalières, et associatives a renforcé l'intégration du programme dans le réseau de soins, favorisant son accessibilité et son impact.

-Efforts de formation et d'expansion : La formation d'équipes en milieu carcéral et la réflexion sur un déploiement dans des territoires éloignés illustrent la volonté d'élargir la portée du programme.

Recommandations pour l'amélioration et le développement du programme :

1. Renforcer l'accessibilité :

-Développer des formations et actions éducatives délocalisées dans des territoires éloignés ou moins desservis, comme Elbeuf, le pays de Caux, et le pays de Bray.

-Mettre en place des téléconsultations, notamment pour les étudiants, tout en maintenant une rencontre initiale en présentiel pour établir une alliance thérapeutique.

2. Personnaliser l'accompagnement :

-Intégrer des bilans éducatifs approfondis pour mieux identifier les comorbidités et les obstacles à l'intégration des outils éducatifs.

-Proposer des interventions spécifiques, telles que des thérapies axées sur les traumatismes ou des modules renforcés sur le contrôle des comportements impulsifs.

3. Optimiser le suivi post-programme :

-Instaurer un suivi structuré et à long terme au sein d'une unité spécialisée dédiée au trouble de la personnalité borderline, pour assurer la durabilité des progrès.

4. Poursuivre les formations et collaborations :

-**Former des équipes locales et renforcer les partenariats** avec des acteurs de la santé pour continuer à diffuser et enrichir les pratiques éducatives.

Actions à poursuivre :

-Consolider les acquis sur la régulation émotionnelle.

-Renforcer les modules ciblés sur les comportements impulsifs.

Améliorations à prévoir :

-Développement de la téléconsultation.

-Création d'une unité spécifique pour les troubles borderline

d) Comment a évolué la mise en œuvre du programme ?

➤ Améliorations apportées à la qualité de la mise en œuvre du programme

1. Recrutement du personnel

La montée en charge du programme "*Trouve ton équilibre !*" a nécessité un renforcement progressif de l'équipe pour répondre à la demande croissante. En octobre 2022, Marie LEFORT PICARD a pu augmenter son temps en passant à un temps plein. Elle a apporté son expertise clinique et thérapeutique pour le trouble de la personnalité borderline. En 2024, Mme Julie BRIARD, a rejoint l'équipe, remplaçant une collègue partie à la retraite (Mme Sylvie DEVEAUX). Elle a apporté une expertise supplémentaire grâce à sa formation en pleine conscience, enrichissant ainsi l'approche thérapeutique. De plus, le renfort non officialisé de Mme Pauline COLLET, psychologue spécialisée en neuropsychologie, a permis de mieux gérer l'augmentation de la file active et d'apporter une perspective complémentaire à l'accompagnement des patients.

2. Élargissement des compétences de l'équipe

Pour faire face à l'ampleur des besoins des patients borderline, l'équipe a continuellement cherché à renforcer ses compétences. Mme Éloïse HELLOT a intégré un Master 2 IESET en 2023 pour développer son expertise en ingénierie de l'éducation thérapeutique. Parallèlement, les membres de l'équipe ont approfondi leurs connaissances sur **les approches centrées sur les traumatismes et la mentalisation**, des thématiques essentielles pour accompagner cette population. Ces efforts reflètent un engagement collectif à rester à la pointe des pratiques éducatives et thérapeutique

e) Comment ont évolué les indicateurs relatifs au fonctionnement, à la mise en œuvre, à la coordination ?

➤ Evolution de l'activité du programme

Année	2020	2021	2022	2023	2024
Nombre de participants ayant bénéficié d'une activité éducative dans l'année (file active)	15	37	54	92	102
Nouveaux patients	15	18	8	22	50
Patients déjà suivis (N-1)	0	19	46	70	52
Nombre BEP à l'entrée dans le programme (finalisés)	10	22	25	24	30
Nombre de séances collectifs	31	84	62	84	124
Nombre de séances individuels	10	14	22	18	21
Âge moyen	26,8	25,4	25,6	25,9	25,8
Taux de participation (%)	81	91	91	91	92
NOMBRE TOTAL ACTES réalisés	351	488	557	875	1100
Bilans éducatifs partagés (BEP)	210	250	300	450	634
Actes de groupe	100	210	223	350	272
Actes de soutien/crise	51	28	34	75	48
Temps moyen entre BEP et début du programme (jours)	40	39	46,9	46,9	37,8

Année	2020	2021	2022	2023	2024
Mode de recrutement des patients:					
<i>Psychiatres et psychologues (Intrahospitalier, extrahospitalier)</i>	10	18	12	10	12
<i>Psychiatres et psychologues en libéral</i>	0	4	8	9	7
<i>Milieu associative (maison de santé, la boussole...)</i>	0	0	2	3	5
<i>Démarche spontanée patient (bouche à oreilles, site internet)</i>	0	0	3	2	6
Provenance géographique des patients:					
<i>Rouen et agglomération</i>	15 (100%)	30 (81,08%)	47 (87,03%)	60 (65,22%)	65 (60,73%)
<i>Pays de Caux</i>	0	6 (16,22%)	3 (5,56)	10 (10,87%)	15 (14,02%)
<i>Pays de Bray</i>	0	0	2 (3,7%)	15 (16,3%)	20 (18,69%)
<i>Autres (Dieppe, le Havre, Caen)</i>	0	1 (2,7%)	2 (3,7%)	7 (7,61%)	7 (6,54%)

Chiffres extraits du tableau de bord du programme et du Département Informatique Médical (DIM)

f) Comment a évolué la structuration du programme ? (Conformité au programme défini au départ ou écarts)

➤ Ajustements et intégration de nouvelles approches

Dans le cadre d'une démarche d'amélioration continue, l'équipe a entrepris une révision approfondie **des objectifs généraux et spécifiques du programme** (annexe 4) lors de l'évaluation annuelle de 2023. Grâce aux retours d'expérience accumulés depuis la mise en place du programme et aux formations suivies, les objectifs ont été précisés pour mieux refléter les spécificités des besoins des patients atteints de trouble borderline. Cette actualisation a permis d'aligner encore davantage le programme sur les bonnes pratiques en éducation thérapeutique et sur les avancées récentes dans la compréhension des troubles de la personnalité.

Par ailleurs, la restructuration du contenu a inclus **le remplacement de la sophrologie par la pleine conscience**, une approche jugée plus adaptée aux patients borderline. Ce changement, porté par l'expertise de Mme Julie BRIARD, a permis de proposer des outils concrets et accessibles pour renforcer la tolérance émotionnelle et réduire les débordements émotionnels. Ces ajustements illustrent l'engagement de l'équipe à faire évoluer le programme en cohérence avec les besoins des patients et les avancées thérapeutiques.

➤ Perspectives d'évolution et renforcement du programme

À l'avenir, l'équipe ambitionne d'élargir le champ d'action du programme en proposant **des séances de soutien dédiées à l'entourage et aux familles des patients atteints de trouble de la personnalité borderline**. Ces séances, pourrait être développées en collaboration avec Mme Mélanie BENARD BETOUS, psychologue clinicienne spécialisée en thérapie familiale. Elles viseront à offrir aux familles des outils pour mieux comprendre le trouble, adapter leur accompagnement au quotidien, et renforcer leur propre résilience face aux défis liés à cette pathologie. Cette initiative s'inscrit dans une dynamique d'amélioration continue, visant à répondre aux besoins des patients tout en soutenant leur réseau familial.

Depuis l'obtention de son Master 2, Mme Eloïse HELLOT consacra une partie de son temps à la coordination de l'ensemble des activités ETP au Centre Hospitalier du Rouvray, tout en

poursuivant le coordination du programme « Trouve ton équilibre ! ». En parallèle, M. Pascal L'HEUREUX, infirmier diplômé d'État formé à l'ETP, rejoindra l'équipe en 2025. Fort de son expérience, il exprimera son souhait de revisiter le **module 3 sur le plan d'urgence**, avec une attention particulière à la **compétence 6** : renforcer la capacité des patients à demander de l'aide de manière adaptée, tant auprès des soignants que de leur entourage. Ce travail collaboratif participera à l'amélioration continue du programme, répondant aux besoins évolutifs des patients et de leurs proches.

Conclusion

Les efforts combinés en recrutement, formation et structuration du programme témoignent de la capacité de l'équipe à s'adapter aux défis d'un programme innovant et exigeant. Ces améliorations qualitatives renforcent l'efficacité de "*Trouve ton équilibre !*" tout en posant les bases d'une prise en charge encore plus adaptée et durable pour les patients souffrant de troubles de la personnalité borderline.

E. Décision prise pour l'avenir du programme

L'équipe souhaite renouveler l'autorisation du programme « Trouve ton équilibre !! ». Le programme met en évidence une **amélioration de la qualité de vie des patients atteints de trouble de la personnalité borderline**. Il a démontré son impact **significatif et durable** sur la **compréhension du trouble**. Il a également contribué à l'accès à **de meilleures techniques de stabilisation émotionnelle**. Les données quantitatives et qualitatives collectées sur la période 2020-2024 confirment **des effets favorables chez les bénéficiaires**, notamment une **amélioration de la régulation émotionnelle, une réduction des comportements impulsifs et une diminution du recours aux urgences et hospitalisations**. La satisfaction exprimée par les patients et l'équipe soignante témoigne également de **la pertinence et de l'efficacité des actions entreprises**. Cependant, pour répondre à l'évolution des besoins des patients et renforcer davantage l'impact du programme, plusieurs actions stratégiques sont proposées.

Actions prioritaires :

1. Développement de la téléconsultation pour répondre aux besoins des étudiants et jeunes actifs

Face aux contraintes organisationnelles rencontrées par les étudiants et jeunes actifs, souvent liés à des emplois du temps chargés, la mise **en place de téléconsultations** représente une solution adaptée. Ce dispositif leur offrira une meilleure flexibilité tout en assurant leur accès au programme. Pour maintenir une alliance thérapeutique essentielle, une ou deux rencontres en présentiel seront proposées au début du suivi. Cette approche permettra de répondre à leurs besoins spécifiques sans compromettre la qualité du programme.

2. Formation et déploiement du programme dans les zones éloignées de la Métropole de Rouen

Pour les patients résidant dans des zones éloignées telles que le Pays de Caux, le Pays de Bray ou Elbeuf, la stratégie envisagée repose sur la formation de professionnels travaillant dans les centres de réhabilitation psychosociale (CREP). Cette démarche, déjà initiée dans le cadre des formations en milieu carcéral, permettra de déployer le programme dans ces structures proches des patients. Ce modèle favorise **une prise en charge de proximité** et répond au besoin croissant d'accessibilité du programme dans ces territoires moins desservis.

3. Extension du programme en milieu carcéral

L'accueil positif des formations proposées en 2024 aux professionnels travaillant en milieu carcéral a permis d'initier une réflexion sur le déploiement du programme dans ce contexte spécifique. L'accompagnement des détenus souffrant de trouble borderline représente une opportunité pour répondre à un besoin encore peu couvert. Ce projet s'appuiera sur les compétences renforcées de l'équipe, notamment en matière de mentalisation et de gestion des traumatismes, pour adapter les outils éducatifs à cette population et de leur fournir un accompagnement méthodologique structuré.

4. Intégration d'un module spécifique pour les familles et proches

La collaboration avec Mme Mélanie BENARD BETOUS permettra d'élargir le champ d'action du programme en intégrant **des séances de soutien dédiées aux familles et aux proches des patients**. Ces sessions viseront à fournir des outils pour mieux comprendre le trouble, soutenir efficacement les patients et réduire la détresse émotionnelle des proches. Cette approche

participera à renforcer le réseau d'accompagnement autour des patients, favorisant leur stabilisation et leur autonomie à long terme.

5. Pérennisation des acquis en créant une unité dédiée

La réflexion sur **la création d'une unité spécialisée dédiée aux troubles de la personnalité borderline** s'inscrit dans une volonté de garantir la continuité et la durabilité des progrès réalisés par les patients. Cette unité permettrait d'offrir un suivi structuré et intensif, tout en répondant aux besoins spécifiques des bénéficiaires critiques identifiés par le programme. Elle offrirait également un cadre de référence pour former d'autres équipes, développer des projets innovants et poursuivre l'amélioration continue des pratiques.

Conclusion :

Ces actions prioritaires visent à consolider les acquis du programme tout en élargissant son impact et son accessibilité. En s'appuyant sur les résultats positifs obtenus au cours des quatre dernières années et en intégrant des évolutions structurelles et organisationnelles, « Trouve ton équilibre !! » continuera de répondre aux besoins des patients et de leurs proches, tout en renforçant son intégration dans l'offre de soins locale et régionale.

F. Modalités de mise à disposition du rapport

- La mise à disposition de ce rapport sera mentionnée dans la lettre d'information remise au patient en début de programme.
- Le rapport sera transmis par mail à l'ARS Normandie ainsi qu'aux destinataires suivants : le directeur, le médecin chef de pôle, le président de la CME, la directrice des soins, la directrice de la qualité et des usagers, et le cadre de pôle.
- Le rapport sera diffusé aux professionnels de santé via la Commission Médicale d'Établissement (CME) et le Comité de Pilotage (COPIL) de l'ETP.
- Une journée de sensibilisation sera organisée en 2025 pour partager les résultats et les perspectives du programme.
- Le rapport quadriennal complet sera mis à disposition sur l'intranet et le site internet du Centre Hospitalier du Rouvray, permettant un accès facilité pour l'ensemble des acteurs concernés et le grand public.

Annexes

➤ [Annexe 1 : Echelle DERF-S](#)

**FACULTÉ DE PSYCHOLOGIE ET DES
SCIENCES DE L'ÉDUCATION**
SECTION DE PSYCHOLOGIE
40, boulevard du Pont d'Arve | 1205 Genève



**UNIVERSITÉ
DE GENÈVE**

DERF-F: Echelle de régulation émotionnelle

Le DERS est une échelle permettant d'évaluer à quel point vous êtes attentifs à vos émotions dans la vie de tous les jours, à quel point vous utilisez les informations que vos émotions vous donnent et comment vous réagissez de manière générale.

Répondez à toutes les questions en cochant à chaque fois une seule case par énoncé selon si celui-ci vous correspond:

- (1) *presque jamais*
- (2) *quelques fois*
- (3) *la moitié du temps*
- (4) *la plupart du temps*
- (5) *presque toujours*

Code:.....

	1 presque jamais	2 quelques fois	3 la moitié du temps	4 la plupart du temps	5 presque toujours
01) Je comprends bien mes sentiments	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
02) Je fais attention à ce que je ressens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
03) Les expériences émotionnelles me submergent et sont incontrôlables	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
04) Je n'ai aucune idée concernant comment je me sens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
05) J'ai des difficultés à donner un sens à mes sentiments	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
06) Je fais attention à mes sentiments	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
07) Je sais exactement comment je me sens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
08) Je prends garde à ce que je ressens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
09) Je suis déconcerté(e) par ce que je ressens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10) Quand je suis contrarié(e), je prends en compte cette émotion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11) Quand je suis contrarié(e), le fait de ressentir une telle émotion me met en colère contre moi-même	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12) Quand je suis contrarié(e), je suis embarrassé(e) de ressentir une telle émotion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13) Quand je suis contrarié(e), j'ai de la difficulté à terminer un travail	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14) Quand je suis contrarié(e), je deviens incontrôlable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1 presque jamais	2 quelques fois	3 la moitié du temps	4 la plupart du temps	5 presque toujours
15) Quand je suis contrarié(e), je crois que je vais rester comme ça très longtemps	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16) Quand je suis contrarié(e), je crois que je vais bientôt me sentir très déprimé(e)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17) Quand je suis contrarié(e), je crois que mes sentiments sont valables et importants	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18) Quand je suis contrarié(e), j'ai des difficultés à me concentrer sur d'autres choses	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19) Quand je suis contrarié(e), je me sens incontrôlable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20) Quand je suis contrarié(e), je peux continuer à faire des choses	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21) Quand je suis contrarié(e), j'ai honte de ressentir une telle émotion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22) Quand je suis contrarié(e), je sais que je peux trouver un moyen pour enfin aller mieux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23) Quand je suis contrarié(e), je me sens désarmé(e)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24) Quand je suis contrarié(e), je sens que je peux garder le contrôle de mes comportements	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25) Quand je suis contrarié(e), je me sens coupable de ressentir une telle émotion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26) Quand je suis contrarié(e), j'ai des difficultés à me concentrer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27) Quand je suis contrarié(e), j'ai des difficultés à contrôler mon comportement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28) Quand je suis contrarié(e), je crois qu'il n'y a rien que je puisse faire pour me sentir mieux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29) Quand je suis contrarié(e), je m'en veux de ressentir une telle émotion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30) Quand je suis contrarié(e), je me sens vraiment mal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31) Quand je suis contrarié(e), je pense que me complaire dans ces contrariétés est la seule chose à faire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32) Quand je suis contrarié(e), je perds le contrôle de mes comportements	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33) Quand je suis contrarié(e), j'ai des difficultés à penser à autre chose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34) Quand je suis contrarié(e), je prends le temps de découvrir ce que je ressens vraiment	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35) Quand je suis contrarié(e), cela prend du temps avant que je ne me sente mieux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36) Quand je suis contrarié(e), mes émotions prennent le dessus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Avez vous répondu à tous les énoncés?

Merci!

Version française validée:

Dan-Glauser, E. S., & Scherer, K. R. (2013). The Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS): Factor Structure and Consistency of a French Translation. *Swiss Journal of Psychology, 72(1)*, in press.

➤ Annexe 2 : Questionnaire de satisfaction des participants au programme

Questionnaire de satisfaction aux participants

	Pas du tout	Plutôt non	Plutôt oui	Tout à fait
Les objectifs étaient-ils clairs ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Le contenu des séances était-il adapté à vos besoins ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Les intervenants étaient-ils à l'écoute de vos besoins ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
L'organisation des séances était-elle satisfaisante ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Le programme vous a-t-il aidé à mieux comprendre votre trouble ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Le programme vous a-t-il aidé à mieux comprendre votre maladie ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Le programme vous a-t-il permis d'acquérir des outils pour gérer votre quotidien ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Avez vous des commentaires				

MERCI POUR VOS RETOURS

**PROGRAMME ETP
"TROUVE TON ÉQUILIBRE!"**

➤ Annexe 3 : Questionnaire de satisfaction pour l'équipe éducative

Dimension	Item	Évaluation (1 à 5)
1. Organisation et gestion du programme	1. Les objectifs du programme sont clairement définis et compréhensibles.	
	2. Les ressources (matérielles et humaines) sont suffisantes pour atteindre les objectifs.	
	3. Le programme est bien intégré dans l'organisation globale des soins de l'établissement.	
	4. La planification des activités est cohérente et respectée.	
	5. La charge de travail liée au programme est équitablement répartie.	
2. Collaboration interprofessionnelle	6. La communication entre les membres de l'équipe est fluide et efficace.	
	7. Les différents professionnels impliqués travaillent de manière collaborative.	
	8. Les échanges interprofessionnels enrichissent la prise en charge des patients.	
	9. Les rôles et responsabilités de chacun dans le programme sont bien définis.	
3. Perception de l'impact du programme sur les patients	10. Le programme contribue à améliorer la qualité de vie des patients.	
	11. Les outils éducatifs proposés sont adaptés aux besoins des patients.	
	12. Le suivi des patients après le programme est satisfaisant.	
	13. Les patients expriment une satisfaction globale envers le programme.	
4. Formation et développement professionnel	14. Les formations en lien avec le programme sont adaptées et suffisantes.	
	15. Le programme permet un développement des compétences professionnelles.	
	16. Je me sens soutenu(e) par l'institution dans mes missions d'ETP.	
5. Satisfaction personnelle et reconnaissance	17. Je suis satisfait(e) de mon implication dans le programme.	
	18. Mon investissement est reconnu par ma hiérarchie et mes collègues.	
	19. Le programme ETP contribue positivement à mon épanouissement professionnel.	

	20. Je recommanderais à d'autres collègues de participer à ce programme.	
Questions ouvertes	Quels sont, selon vous, les principaux points forts du programme ?	
	Quels aspects devraient être améliorés ?	
	Souhaitez-vous proposer des idées ou des initiatives pour l'avenir du programme ?	

Echelle "Professional Satisfaction and Well-being Questionnaire" adaptée pour les professionnels de la santé conduisant un programme ETP

Cotation Simplifiée pour le Professional Satisfaction and Well-being Questionnaire

Dimension	Questions	Plage de points
Organisation et gestion	1 à 5	5 à 25 points
Collaboration interprofessionnelle	6 à 9	4 à 20 points
Impact sur les patients	10 à 13	4 à 20 points
Formation et développement	14 à 16	3 à 15 points
Satisfaction personnelle	17 à 20	4 à 20 points
Score total	-	20 à 100 points

Interprétation des résultats

Score total :

- 80-100 : Très satisfait(e)
- 60-79 : Satisfait(e)
- 40-59 : Moyennement satisfait(e)
- 20-39 : Insatisfait(e)

➤ Annexe 4 : Objectifs généraux du programme, objectifs spécifiques du référentiel compétences

Objectifs généraux du programme « Trouve ton équilibre ! »

1. **Améliorer la régulation émotionnelle** : Fournir aux patients des outils leur permettant de mieux comprendre, accepter et gérer leurs émotions dans un cadre sécurisé et bienveillant.
 2. **Réduire les comportements impulsifs et les situations de crise** : Aider les patients à identifier les déclencheurs émotionnels et à s'engager dans des comportements plus adaptés face aux émotions négatives.
 3. **Favoriser l'autonomie et l'empowerment** : Encourager les patients à prendre une part active dans la gestion de leur trouble et à renforcer leur capacité à demander de l'aide lorsque nécessaire.
 4. **Améliorer la qualité de vie** : Travailler sur l'impact du trouble borderline sur la vie quotidienne, les relations sociales et la vie professionnelle des patients pour une meilleure intégration dans leur environnement.
 5. **Réduire le recours aux hospitalisations et aux consultations de crise** : Offrir un suivi éducatif structuré permettant de prévenir les situations de débordement émotionnel.
-

Objectifs spécifiques du référentiel compétences

Compétence 1 : Comprendre et reconnaître le trouble borderline

- Identifier les symptômes et les mécanismes liés au trouble de la personnalité borderline.
- Différencier les émotions et les comportements liés au trouble pour une meilleure prise de conscience personnelle.

Compétence 2 : Développer la tolérance émotionnelle

- Acquérir des outils pour identifier, comprendre et exprimer ses émotions de manière saine.
- Travailler sur l'acceptation émotionnelle pour réduire les résistances internes face à des émotions désagréables.

Compétence 3 : Contrôler les comportements impulsifs

- Identifier les situations déclencheuses d'impulsivité et mettre en place des stratégies adaptées.
- Réduire les comportements automatiques nuisibles grâce à des outils de pleine conscience et de mentalisation.

Compétence 4 : Renforcer l'engagement orienté vers un but

- Encourager l'établissement de projets ou d'objectifs réalistes et atteignables.
- Favoriser une démarche active dans l'accomplissement des tâches malgré les émotions négatives.

Compétence 5 : Accéder à des stratégies de régulation émotionnelle

- Apprendre à mobiliser des techniques spécifiques de gestion des émotions, comme la respiration, la pleine conscience ou des techniques d'auto-réassurance.
- Explorer des approches adaptées pour une meilleure stabilisation émotionnelle (p. ex. plan d'urgence ou exercices personnalisés).

Compétence 6 : Collaborer efficacement dans une démarche de soin

- Renforcer la capacité à demander de l'aide de manière adaptée auprès des soignants ou de l'entourage.
- Consolider l'alliance thérapeutique pour construire un cadre sécurisé et favoriser la continuité des soins.

RAPPORT QUADRIENNAL 2024

PROGRAMME ETP : «TROUVE TON ÉQUILIBRE!»

À DESTINATION DES PERSONNES ATTEINTES DU TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ BORDERLINE

CONTEXTE ET OBJECTIFS

DEPUIS SON
AUTORISATION LE 8
OCTOBRE 2020, LE
PROGRAMME «TROUVE
TON ÉQUILIBRE !!» VISE À
ACCOMPAGNER LES
ADULTES ATTEINTS DE
TROUBLE DE LA
PERSONNALITÉ
BORDERLINE.



NOTRE ÉQUIPE
INTERPROFESSIONNELLE
TRAVAILLE DE MANIÈRE
COLLABORATIVE POUR GARANTIR
UN ACCOMPAGNEMENT ADAPTÉ ET
DE QUALITÉ AUX PATIENTS."

RECONNAISSANCE ET COLLABORATION

- FORMATION DES ÉQUIPES EN MILIEU CARCÉRAL.
- DIVERSIFICATION GÉOGRAPHIQUE : AUGMENTATION DES PARTICIPANTS DU PAYS DE CAUX ET PAYS DE BRAY.
- PARTENARIATS RENFORCÉS AVEC LA BOUSSOLE, MGEN, ET CENTRES DE RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE (CREP).

OBJECTIFS PRINCIPAUX

- AMÉLIORER LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE
- PRÉVENIR LES SITUATIONS DE CRISE.
- RENFORCER L'AUTONOMIE ET LA QUALITÉ DE VIE DES PATIENTS.

CHIFFRES CLÉS (2020-2024)

NOMBRE TOTAL DE PARTICIPANTS : 300

- 102 PARTICIPANTS ACTIFS EN 2024 (HAUSSE DE **+127 %** DEPUIS 2020).

- **50 NOUVEAUX BÉNÉFICIAIRES** EN 2024 (VS. 15 EN 2020).

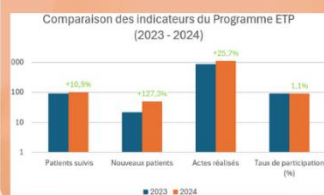


Taux de participation :

81% (2020) À **92%** (2024).

ACTES RÉALISÉS EN 2024 :

- BILANS ÉDUCATIFS PARTAGÉS (BEP) : **634**.
- ACTES DE GROUPE : **272**.
- ACTES DE SOUTIEN : **48**.



POUR EN SAVOIR PLUS:

RAPPORT COMPLET DISPONIBLE
SUR LE SITE DU CENTRE
HOSPITALIER DU ROUVRAY.



IMPACTS MESURÉS SUR LES BÉNÉFICIAIRES

1. AMÉLIORATION DE LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE (DERF-S) :

- PROGRÈS MARQUÉS SUR LA CLARTÉ ÉMOTIONNELLE
- PROGRÈS MARQUÉS SUR L'ACCEPTATION ÉMOTIONNELLE

2. RÉDUCTION DES RECOURS AUX SOINS AIGUS :

- **59%** DES PATIENTS SANS HOSPITALISATION NI PASSAGE EN URGENCE POST-PROGRAMME.

3. SATISFACTION ÉLEVÉE :

- **97%** DES PATIENTS RECOMMANDENT LE PROGRAMME.
- **90%** DÉCLARENT AVOIR ACQUIS DES OUTILS CONCRETS POUR LEUR QUOTIDIEN

RECOMMANDATIONS POUR 2025

- ✓ 1. DÉPLOIEMENT EN MILIEU CARCÉRAL : ADAPTER LES OUTILS AUX BESOINS DES DÉTENUS.
- ✓ 2. UNITÉ SPÉCIALISÉE BORDERLINE : ASSURER UN SUIVI INTENSIF ET STRUCTURÉ
- ✓ 3. MODULES SPÉCIFIQUES POUR LES FAMILLES : SOUTENIR LES PROCHES DANS LEUR COMPRÉHENSION DU TROUBLE.
- ✓ 4. DÉVELOPPER LA TÉLÉCONSULTATION POUR LES ÉTUDIANTS ET JEUNES ACTIFS.
- ✓ 5. FORMATION ET DÉPLOIEMENT GÉOGRAPHIQUE : PAYS DE CAUX, PAYS DE BRAY, ELBEUF

