



LA DIRECTION DE LA FORMATION

Formation par visioconférence "zoom"

« EFFETS PSYCHOLOGIQUES DE LA COVID-19, STRATEGIES ET PERSPECTIVES »

Le 27 et 28/12/2020

INTRODUCTION

Cette visioconférence est un espace de **partage, d'échanges, d'interactivité** et un espace de travail où tous les psychologues invités sont conviés à y participer activement afin **d'asseoir** une meilleure prise en charge psychologique des personnes atteintes de la Covid-19, leur familles et du personnel soignant.

Nous allons, à travers cette visioconférence, exposer **les effets psychologiques du Coronavirus** observés dans la pratique quotidienne et rapportés, lors des multiples échanges, par les familles des personnes atteintes de la Covid-19 et par les professionnels de la santé en l'occurrence ceux qui s'occupent de la santé Mentale.

Quelques **stratégies mises en œuvre et perspectives** vont être aussi exposées **mais** le plus pertinent dans cet échange c'est le **partage des expériences** afin de pouvoir mettre en exergue les éléments facilitateurs et les difficultés liées à la pratique de certaines stratégies. Cette rencontre s'achèvera par l'illustration de quelques **perspectives** en vue **d'une prise en charge psychologique adaptée et descente** et qui fera l'objet d'une réflexion, de discussion et de propositions.

ETATS DES LIEUX

- ✚ Le **Coronavirus** a été identifié en janvier 2020 en Chine.
- ✚ Depuis le 11 mars 2020, l'OMS qualifie la situation mondiale du COVID-19 de pandémie.
- ✚ La **pandémie** de la maladie à coronavirus (COVID-19) a provoqué une **crise sanitaire** majeure sans précédent.
- ✚ En Algérie : identification du premier cas, Le 25 février 2020 qui a suscité l'adoption **des mesures urgentes et préventives** visant à juguler la **propagation** du virus, traduites notamment par :
 - ✚ La mise en quarantaines et l'isolement
 - ✚ Le Confinement

- ✚ Mobilisation complète du système sanitaire hospitalier et les établissements de santé de proximité.
- ✚ Installation des cellules de Crise et de Coordination multisectorielle et la mise en place des moyens nécessaires.
- ✚ Les mesures d'hygiène et de distanciation physique, dites « barrières »
- ✚ Le recours au dépistage.
- ✚ La fermeture des écoles, universités, crèches, établissements de formation, salles de sport et de fêtes et suspension des liaisons aériennes et maritimes voir suspension momentanée de tous les moyens de transport en commun publics et privés inter-wilayas.

SITUATION EPIDEMIOLOGIQUE

La pandémie de Covid-19 a fait au moins **1.718.209** décès dans le monde depuis son apparition fin décembre 2019 (statistiques : 23/12/2020).

En Algérie, le total des cas cumulés **97 007** (total des décès cumulés **2 705**, total des guérisons cumulées **64 777** : statistiques : 24/12/2020).

Le 14 décembre 2020, les autorités du Royaume-Uni ont signalé à l'OMS **qu'un nouveau variant du SARS-CoV-2** avait été identifié et **qui il est moins virulent mais d'une transmissibilité plus importante.**

L'EPIDEMIE DU CORONAVIRUS A SUSCITE :

- ✚ De **grandes peurs** voir vécue comme un **événement traumatognène** que l'on soit directement concerné ou plus à distance.
- ✚ Une **confrontation à la mort**, ou du moins à une menace de mort.
- ✚ Une prédominance de **l'anxiété** liée à la préservation de la santé avec excès de **Focalisation de l'attention, Mobilisation des capacités physiques et psychologique.**
- ✚ Le risque **d'absence de projection** dans le futur (l'incertitude de la fin de cette crise oblige à vivre dans l'instant. Le lendemain n'existe pas. Aucune projection n'est possible).
- ✚ **la stigmatisation qui a réactivé ou alimenté le sentiment de rejet voir d'abondant avec sentiment de culpabilité**
- ✚ **Cette pandémie a généré une forte charge émotionnelle très difficile à contrôler,** entraînant de nombreuses répercussions sur tous les plans et en 1^{er} lieu sur le plan psychologique.

LES EFFETS PSYCHOLOGIQUES DU CORONAVIRUS

- Détresse et situations de crise psychologique
- Des attaques de panique et anxiété **généralisée**
- **altération du jugement, troubles de l'humeur et dépression**
- Des états de stress aigu et Etat de Stress post traumatique
- Des plaintes somatiques.
- Les troubles : du sommeil, alimentaires et sphinctériens.....

- Une préoccupation permanente concernant l'avenir.
- La colère et l'irritabilité et conduites impulsives.
- Les troubles de l'humeur, telle que la dépression et risque suicidaire.
- La tendance l'hypocondriaque, majorée par des symptômes similaires au Covid-19.
- L'abus de médicaments.
- Addictions.
- les violences en l'occurrence les violences conjugales, et maltraitements des enfants.
- Sentiment d'insécurité et d'isolement.
- Épuisement professionnel (le flammé-out, burn-in, burn-out)

LES STRATEGIES D'INTERVENTION

A/ Les objectifs : les stratégies d'intervention psychologique ont été mis en place afin de :

- ✚ Repérer et comprendre la vulnérabilité des patients atteints de la Covid-19, de leur famille et du personnel soignant et les enjeux psychologiques des soins.
- ✚ Réduire la détresse psychologique et les comportements pathologiques.
- ✚ Assurer la continuité du fonctionnement psychologique adaptatif.
- ✚ Anticiper, comprendre et désamorcer les situations d'incompréhension.
- ✚ Développer la résilience.
- ✚ Développer les capacités d'expression et mobilisation des ressources internes et externes.

B/ Les stratégies mises en place :

Voici quelques stratégies d'intervention psychologique mises en place

1- Les premiers secours psychologiques (PFA)

2- L'accompagnement, soutien et suivi psychologique en présentiel (en individuel ou en groupe).

3- L'accompagnement, soutien et suivi psychologique à distance (en instantané ou en différé)

- ❖ **Les appels téléphoniques** (numéros verts) au niveau des permanences des cellules d'écoute et de soutien (local et national dont l'initiative du **SNAPSY** a été fortement saluée).
- ❖ **Des applications** comme Facebook Messenger, WhatsApp, telegram.
- ❖ **La vidéoconférence**

4- La psychoéducation : Conseils pour l'hygiène de vie

5- la sensibilisation dont voici quelques supports :

- ✚ Des vidéos de prévention
- ✚ Des fiches pratiques et des dépliants sur les précautions à prendre

- ✚ Des fiches pratiques d'hygiène
- ✚ Des outils de sensibilisation numériques
- ✚ Les campagnes de sensibilisations à travers les Mass-médias

6-Des capsules de formations sur des sujets psychologiques et pandémie, en présentiel avec des petits groupes ou à distance (publiées sur la page FB).

7-Participation à des débats par visioconférences et webinaires (par des Cellules d'écoute au niveau des Universités, des Associations....).

C/Intervention de la Sous-direction de La Santé Mentale

Avant d'aborder les supports mis en place par la **Sous-direction de La Santé Mentale** il est important de souligner que **dés les premiers jours de la pandémie**:

*une grande partie des stratégies citées ci-dessus ont été mis en place par des psychologues comme **initiatives et tentatives d'intervention** urgente afin d'atténuer l'intensité de la Crise psychologique et ses répercussions.

***L'échange des pratiques et d'informations** entre les prestataires de la santé (toutes disciplines et spécialités confondus) et la bonne **coordination**, dans certains établissements, a permis de **gérer l'afflux massif** des usagers et du personnel submergés par la peur et d'énormes soucis et inquiétudes en l'occurrence dans les CHU.

***Des réflexions des autour des outils de travail** concernant la Covid-19 et les possibilités d'intervention psychologique ont été un souci porté par un grand nombre de psychologues de la santé publique et qui a donné, ultérieurement, naissance à de nouvelles manières et de nouveaux supports.

***Le partage** du résumé sur Les premiers secours psychologiques traduit en arabe par la **SARP** et d'autres documents ont été d'une grande importance.

Ces quelques points ont été soulignés pour attirer l'attention sur la **mobilisation des psychologues** à participer dans la gestion des problèmes psychologiques liés au **Coronavirus**.

La Sous-direction de La Santé Mentale, Direction Générale de la Prévention et de la Promotion de la Santé de la Tutelle a mis à la disposition des prestataires de soins un **document** qui regroupe quelques références sur les considérations liées à **la santé mentale et au soutien psychosocial** pendant la pandémie de COVID-19.

Parmi les liens, il y'a le **Guide Les premiers secours psychologiques** qui représente une **solution alternative** au debriefing psychologique. **Ce guide, approuvé par de nombreuses organisations internationales est le fruit d'un consensus** sur la manière d'apporter un premier soutien psychologique et social aux personnes immédiatement après des événements extrêmement violents tout en **respectant leur contexte local et leur culture**.

Hormis les références de l’OMS ou recommandés par l’OMS, ce document comporte des liens nationaux à titre d’exemple :

- ✚ La plateforme d’accompagnement psychologique de l’association **SARP**
- ✚ La page animée par Dr Oussedik du service de pédopsychiatrie de l’EHS Drid Hocine à Alger « **Santé, Bonheur et Famille** ».
- ✚ **La plateforme** du centre psychologique de l’Université Mouloud Mammeri de Tizi Ouzou (CPU), qui met à la disposition de sa communauté universitaire ainsi que la société civile, un dispositif de prise en charge psychologique **via un système de Visio-consultations**.
- ✚ **Cellule de soutien psychologique** Covid 19 au service de psychiatrie du CHU Tizi Ouzou.
- ✚ **Prise en charge en santé mentale** du personnel soignant COVID-19. Consultation coordonnée par le Pr. AMANI Moulay Ali, Service des Urgences Psychiatriques, CHU d’Oran.

D/Les difficultés liées aux stratégies d’intervention

Un grand nombre de psychologues (cliniciens et orthophonistes volontaires) de la Santé publique ont participé et participent toujours dans les dispositifs relevant de l’Enseignement Supérieur ou les Associations cités ci-dessus et d’autres).

Nonobstant les efforts de la Sous-direction de la Formation de la tutelle dans l’organisation de sessions de formation par visioconférence.

Dans le cadre des efforts de lutte contre la pandémie covid-19 et du soutien interministériel, **le Ministère de la Solidarité nationale, de la Famille et de la Condition de la femme** a mis en place un service électronique, "**L’armée blanche consulte**", visant à offrir un soutien psychologique aux staffs médicaux.

Malgré les efforts consentis, L’épidémie du Coronavirus, a mis les psychologues devant beaucoup de difficultés dont voici quelques uns :

- ✚ Incompatibilité du **dispositif des psychologues** avec la demande d’intervention et d’accompagnement.
- ✚ Incompatibilité du **dispositif logistique** (ex : **l’espace d’intervention psychologique**) avec l’exercice de la profession d’une manière générale et avec le contexte de la pandémie d’une manière précise.
- ✚ L’absence des **plateformes en ligne**
- ✚ **Le manque de considération** au psychologue dans certains établissements qui va souvent de l’ingérence aux freins dans l’accomplissement des tâches qui lui sont attribuées et dont son avis n’est pas nécessaire dans les échanges concernant l’établissement.

- ✚ L'insuffisance des **formations continues** sur les techniques d'intervention relatives aux événements exceptionnels et au contexte actuel de la pandémie.
- ✚ La nécessité de formation sur la sécurité des consultations psychologiques en ligne via au téléphone (**cyberpsychologie**).
- ✚ L'absence des **Unités de psychologie** en l'occurrence dans les CHU.
- ✚ Incompatibilité de la présence d'**un seul Coordinateur** au niveau des EPSP avec le dispositif des psychologues respectifs.
- ✚ Absence d'**un annuaire** local voir national des psychologues appartenant à la Santé.

LES PERSPECTIVES

- ✚ **Renforcer la formation continue** avec priorisation des thématiques en rapport avec le contexte actuel en l'occurrence :
 - ❖ Les techniques d'intervention et de prise en charge psychologiques relatives aux événements exceptionnels et au contexte actuel « l'épidémie du Coronavirus ».
 - ❖ **La sécurité des consultations psychologiques** en ligne via au téléphone (cyberpsychologie).
- ✚ **Renforcer le dispositif** des psychologues pour de meilleures interventions et accompagnements psychologiques.
- ✚ Mettre en vigueur la circulaire et toutes les correspondances de la tutelle relatives à **l'aménagement des conditions matérielles du travail**.
- ✚ La nécessité de la mise en place d'une **plateforme** de consultations psychologiques **en ligne**.
- ✚ L'urgence d'installation des **Unités de psychologie** au niveau des CHU et des hôpitaux.
- ✚ **Mettre** à la disposition des psychologues coordinateurs **tous les moyens possibles** afin de leur faciliter les tâches qui leur sont attribuées.
- ✚ Réfléchir à la mise en place d'un psychologue **coordinateur de Wilaya** pour faciliter l'échange des informations.
- ✚ Mettre en place **un annuaire des psychologues de la santé publique** (local et national) pour une meilleure prise en charge et gestion des situations crises.
- ✚ **Intégrer** le psychologue dans les différents organes de l'établissement et l'inviter à **participer activement** dans tous **les échanges** et la prise de décisions concernant le **bien être** des patients et du personnel.
- ✚ S'inscrire dans **la pratique des réseaux** à travers les échanges et l'installation d'un **annuaire** des psychologues appartenant **aux différents secteurs** (Solidarité, Jeunesse et Sport, Education Nationale, Enseignement Supérieur, Associations...).

Présentée et animée par: **Wahiba Bennaceur**

Psychologue Coordinatrice et Thérapeute de Famille/ CHU d'Oran