

Département d'urgences et post-urgences psychiatriques
Pôle Urgences - Hôpital Lapeyronie
CHRU de Montpellier

INFORMATIONS À L'ATTENTION DE PATIENTS SOUFFRANTS D'UN TROUBLE DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE (TCA)

Groupe de thérapie

de remédiation cognitive

CRT



Qu'est-ce-que la thérapie de remédiation cognitive (CRT) ?

La CRT est une thérapie qui vise à améliorer certains processus cognitifs par l'entraînement, sous forme d'exercices, afin de développer des stratégies efficaces en vie quotidienne.

Elle s'intéresse au fonctionnement général et exclut le domaine alimentaire.

Elle tend ainsi à diminuer certains facteurs susceptibles d'être présents, avant et pendant la maladie :

- Le style de pensée en « tout ou rien »
- Un focus attentionnel centré sur les détails
- Les traits de perfectionnisme
- La rigidité cognitive
- Les comportements ritualisés

POUR QUI ?

Pour tous les patients qui présentent un trouble du comportement alimentaire diagnostiqué, et suivis par un psychiatre.

QUELS SONT LES OBJECTIFS DU GROUPE ?

- Encourager la réflexion sur son propre fonctionnement (ses styles de pensées et certains processus cognitifs ciblés)
- Essayer de diminuer les facteurs de maintien de la maladie.
- Aider au changement (généraliser de nouvelles stratégies et modes de pensées en vie quotidienne).
- Aider à une meilleure acceptation de la prise en charge.
- Agir sur la confiance en soi, dans l'utilisation de compétences cognitives via l'entraînement.

Déroulement

- La CRT s'effectue en groupe (environs 8 personnes)
- Elle comprend 10 séances hebdomadaires de 1h30.
- Durant chaque séance, nous échangeons sur les exercices réalisés, les processus cognitifs travaillés et apportons des exemples concrets en lien avec la vie quotidienne.
- Des tâches comportementales sont ensuite proposées à partir de la 4^{ème} ou 5^{ème} séance, en respectant les objectifs spécifiques de chaque participant.

Comment participer ?

Plusieurs possibilités :

- En contactant le secrétariat médical des urgences et post-urgences psychiatriques
- Après d'un de nos psychiatres référents à Lapeyronie, lors d'une consultation.
- Directement auprès de Mme MATOS pour obtenir un rendez-vous afin d'évaluer vos attentes, répondre à vos questions et éventuellement programmer votre participation (voir au dos pour les numéros et contacts).

Les psychiatres référents :

Pr S. GUILLAUME

Dr V. LE GAL

Dr L.VILLAIN

(secrétariat médical)

Ce groupe demande une participation active (présence à chaque séance, participation aux échanges).

Contacts

Le secrétariat médical :
04 67 33 82 89

Bureau de Mme MATOS :
04 67 33 09 78

Mail : l-matos@chu-montpellier.fr

Adresse

Pôle Urgences et post urgences psychiatriques
371, avenue du doyen Gaston Giraud
34295 Montpellier Cedex 5

Tram : ligne 1
Station : Hôpital Lapeyronie

Lieu des groupes

Salle CMF
Hôpital Lapeyronie - Niveau 0
Couloir des consultations psychiatriques

Les groupes ont lieu le mardi
Heures à fixer en fonction du groupe

Thérapeutes

Un Médecin psychiatre
Mme MATOS, psychologue spécialisée en neuropsychologie