

Cancer : quelles douleurs ? Apports et expérience des groupes thérapeutiques chez les femmes atteintes d'un cancer du sein

Pascal Rouby, Unité de Psycho-Oncologie, DISSPO, Institut Gustave Roussy

Problématique : Le cancer du sein est la première cause de cancer chez la femme. Les conséquences de la maladie affectent le sujet dans sa globalité (physique, psychologique et sociale). A la fin des traitements, les patientes doivent gérer l'arrêt de la prise en charge médicale active et réinvestir leur vie « d'avant », c'est alors à cet instant que les femmes peuvent présenter de nombreuses difficultés susceptibles d'affecter sensiblement et durablement le retour à la vie active.

Objectifs :

Proposer aux femmes en difficultés la possibilité de s'adapter au mieux à l'ensemble des troubles générées par la maladie. Dans cette perspective, des groupes thérapeutiques de modèles cognitivo-comportemental ont été proposés aux patientes en fin de traitement de leur cancer du sein.

Organisation et procédures d'admission :

Il s'agit de groupes fermés réunissant 6 à 8 patientes, les séances hebdomadaires durent 2 h et se déroulent à l'IGR sur un programme de 10 séances. L'ensemble des participantes est reçu individuellement en entretien préalable afin de confirmer l'indication.

La première séance se caractérise par :

- présentation et règles de fonctionnement (participation régulière, confidentialité, respect mutuel...)
- remise et présentation du manuel du patient
- Identification et hiérarchisation des problèmes rencontrés
- présentation de la notion de tâche à domicile : à partir d'une situation concrète mise en œuvre des outils de restructuration cognitive

Les séances suivantes :

- reprise des tâches à domicile
- exploration de l'ensemble des situations problèmes listés lors de la 1ere séance (sans ordre pré établi)
- l'auto observation sous forme d'un « journal de mes pensée » représente l'élément essentiel pour le patient. Il permet la formalisation en analyse fonctionnelle
- utilisation et apprentissage selon les thématiques abordés des différents outils TCC (résolution de problème, techniques de communication, planification d'activités, jeux de rôles, relaxation...)

Discussion :

Les difficultés rencontrées par les patientes sont multi-thématiques : physiques, psychologiques et sociales. Cependant le questionnement concernant une éventuelle récurrence et ses conséquences est une thématique centrale. Dans ce contexte, le témoignage des patientes permet de décliner l'expérience douloureuse selon 3 plans principaux :

- selon un modèle de douleur chronique marqué par les répercussions psychologiques et comportementales
- selon un modèle de réactivation post-traumatique
- selon un schéma de pensée en lien avec l'idée de récurrence

Une prise en charge efficiente réclame donc la prise en charge conjointe de ces 3 dimensions, dans cette perspective il est nécessaire d'ajuster au mieux le cadre théorique et les outils psychothérapeutiques des TCC aux situations de psycho-oncologie