

Communiqué de presse – Pour diffusion immédiate

Se rétablir, un vrai délire ?

C'est avec ce titre quelque peu provocateur qu'un cours en ligne gratuit (MOOC) en santé mentale a vu le jour. Il a été créé pour un large public intéressé par la thématique du rétablissement, dans le but, notamment, de déconstruire les représentations liées aux troubles psychiatriques et aux personnes qui en souffrent. Conçu de façon ludique, il est le fruit d'un partenariat judicieux et dynamique entre des professionnel-le-s de la santé et du social, des enseignant-e-s, une paire praticienne en santé mentale et une proche.

Lausanne – Le 10 octobre 2019 - Aujourd'hui, la littérature et les expériences de terrain ont prouvé que les pratiques cliniques en psychiatrie centrées sur le rétablissement psychologique en santé mentale sont efficaces. Leur implantation fait partie des recommandations internationales. Toutefois, il faut reconnaître que, autant chez les professionnel-le-s que les usager-ère-s, les proches et le grand public, la possibilité de se rétablir d'un trouble psychique est encore très peu connue. Conscient-e-s de cette lacune, des soignant-e-s, enseignant-e-s, chercheur-euse-s de l'Institut et Haute Ecole de la Santé La Source, de la Haute école de travail social et de la santé | EESP | Lausanne, et du Département de psychiatrie du CHUV, une paire praticienne en santé mentale de l'Association Re-Pairs et une proche de l'Association l'îlot ont mis en commun leurs connaissances et compétences pour créer ce MOOC en santé mentale. La HES-SO a financé la réalisation et a confié cette dernière à son centre spécialisé en e-learning, Cyberlearn.

Le format MOOC a été choisi car il constitue le vecteur idéal pour diffuser des connaissances scientifiques vulgarisées auprès d'un large public. Autant les usager-ère-s que les étudiant-e-s et les professionnel-le-s y trouveront des outils soutenant le rétablissement en santé mentale et visant à déstigmatiser la maladie mentale et à interpeler chacun-e sur sa propre santé mentale.

A la fois ludique, varié et pertinent, ce MOOC comprend notamment de la théorie, des exercices réflexifs, des témoignages, des vidéos, des quiz, etc., et demande un travail personnel d'approfondissement, par exemple, des lectures ciblées.

Les professionnel-le-s y verront un avantage supplémentaire puisque la certification obtenue à la fin du MOOC comptera comme une formation continue.

Les thématiques abordées au fil des semaines sont :

- **Semaine 0** : Pourquoi un MOOC sur le rétablissement ?
- **Semaine 1** : Entre mythes et réalités
- **Semaine 2** : Vous avez dit rétablissement ?
- **Semaine 3** : Entre préjugés et stigmatisation, que d'obstacles
- **Semaine 4** : La crise sur le gâteau : *empowerment* et partenariat
- **Semaine 5** : Se rétablir un vrai plaisir ?

Comme tout MOOC, les semaines s'ouvrent les unes après les autres, mais, une fois ouvertes, elles le restent jusqu'à la fin. Ceci permet aux participant-e-s de se replonger à tout moment dans la semaine précédente, si nécessaire, ou de rattraper un éventuel retard. Le travail hebdomadaire peut être étalé sur toute la semaine ou concentré sur une journée, selon le rythme de chacun-e.

En créant ce MOOC, les institutions partenaires souhaitaient impliquer les différents acteurs concernés dans les étapes des programmes de formation, de leur conception à leur implantation, afin d'assurer leur cohérence, leur monitoring et l'implantation pérenne de nouvelles pratiques. L'émulation autour du projet a pris avec le temps de l'ampleur. L'équipe à l'origine du concept a été rejointe par d'autres acteurs spécialisés dans le domaine du rétablissement en santé mentale et considérés comme incontournables de la francophonie tels que Psycom, l'UNAFAM, le Réseau Avant de craquer et les Journées de la schizophrénie.

Le lancement du MOOC est prévu le 10 octobre, date marquée par la Journée mondiale de la santé mentale.

Lien pour s'inscrire <https://moocs.hes-so.ch/#courseid=84>

Ouverture du MOOC : 10 octobre 2019

Durée de la formation : 6 semaines (à distance)

Temps de travail hebdomadaire : 2h30 à 3h

Prix : gratuit

Attestation finale de formation (condition non obligatoire pour suivre le MOOC)

Contact

Pascale Ferrari, maître d'enseignement, Institut et Haute Ecole de la santé La Source, membre du Laboratoire d'Enseignement et Recherche Santé mentale & Psychiatrie et infirmière spécialiste clinique, Département de Psychiatrie du CHUV, p.ferrari@ecolelasource.ch, mobile 079.556.45.50