

L'efficacité d'une approche de groupe en thérapie cognitivo-comportementale sur la peur de la récurrence

Aude Caplette-Gingras, Ph.D., psychologue spécialisée en oncologie, Centre des maladies du sein Deschênes-Fabia, CHU de Québec – HSS

Lucie Casault, Ph.D., psychologue spécialisée en oncologie, Équipe d'oncologie psychosociale et spirituelle, CHU de Québec – L'HDQ

Josée Savard, Ph.D., psychologue et professeure/chercheure, CHU de Québec – L'HDQ et Université Laval

Déclaration de conflit d'intérêt

Aucun conflit d'intérêt

Historique

**Développement du groupe et état
actuel**

Peur de la récurrence de cancer (PRC) :

« la peur ou l'inquiétude que le cancer reviendra ou progressera dans le même organe ou dans une autre partie du corps »

Vickberg (2003)

■ Naissance du projet :

- Problématique fréquemment rencontrée dans notre pratique clinique
- Projet Hospira des IPOs de l'HDQ
- Équipe d'élaboration du projet

■ Objectifs initiaux :

- Groupe psycho-éducatif sur la PRC / Offre continue
- Offrir de l'aide à un grand nombre de patients à la fois
- Première étape d'un traitement à palier (*Stepped Care*)

- **Changements majeurs :**
 - Augmenter le nombre de séances
 - Diminuer le nombre de participants
 - Modification du contenu

- **Format actuel du groupe :**
 - Groupe de psychothérapie de 4 séances
 - Nombre de participants (6 à 8 max)
 - Remise d'un manuel de traitement
 - Découverte guidée plutôt que théorique uniquement (exercices appliqués)
 - Plus d'interactions / permet le « partage » entre les participants

- **À venir :**
 - Amélioration des méthodes de recrutement
 - Élaboration d'un dépliant
 - Affiche permanente dans endroits stratégiques
 - Peaufiner les critères d'inclusion/exclusion
 - Inscription en continue
 - Diffusion "provinciale"

Contenu des séances

Thèmes abordés

Première rencontre



CETTE PRÉSENTATION POURRAIT ALLER À
L'ENCONTRE DE CERTAINES DE VOS CROYANCES

- Psychoéducation sur la peur de récurrence du cancer
 - Définition
 - Modèle

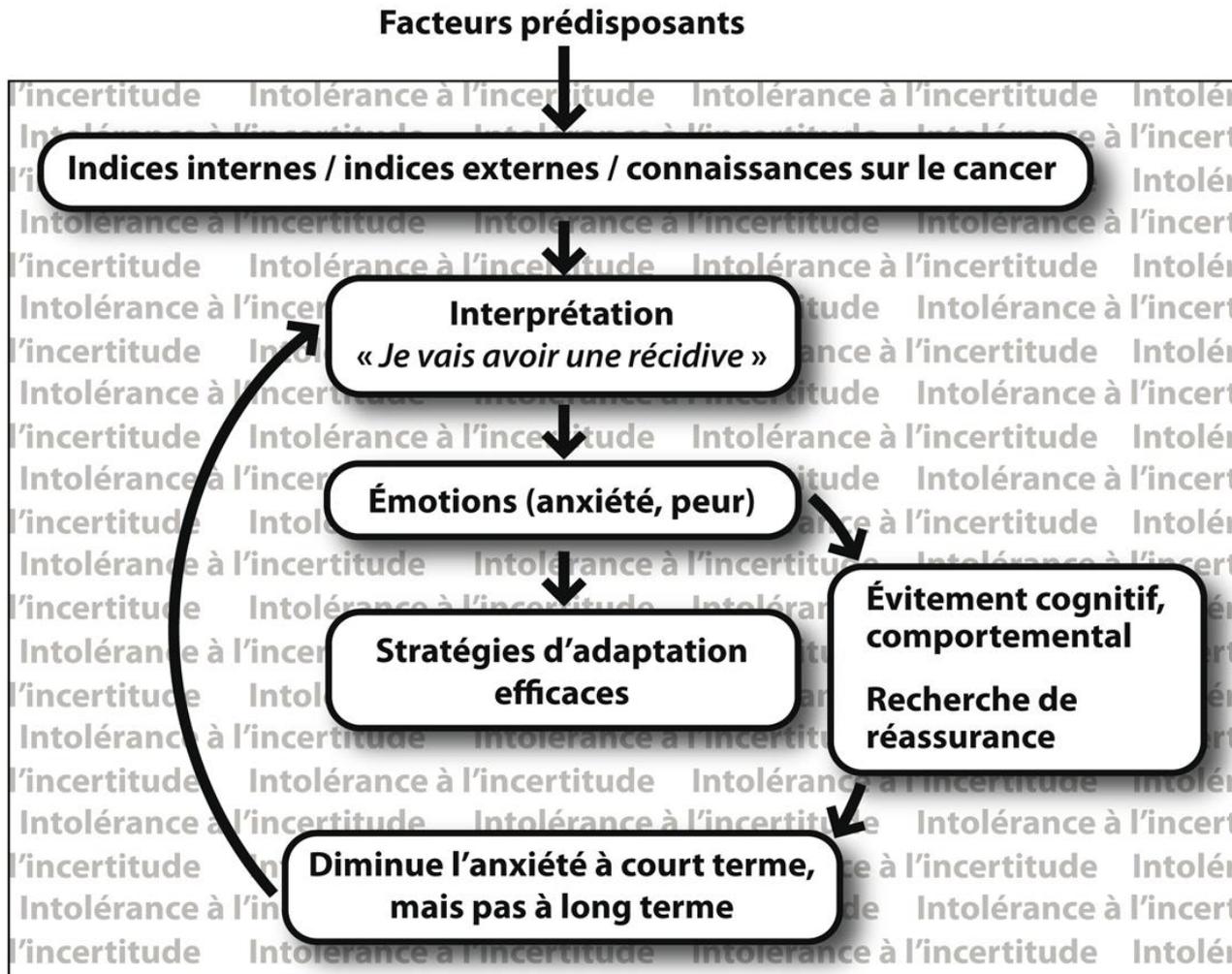
- Influence des facteurs psychologiques sur le cancer
 - Le stress cause-t-il le cancer?
 - Le pouvoir de la pensée guérit-il le cancer?

- Les bienfaits de la pensée réaliste
 - La tyrannie de la pensée positive
 - La pensée réaliste et le cancer

- La thérapie cognitive-comportementale
 - Caractéristiques
 - Efficacité

- Exercice
 - Identification des pensées négatives

Le cercle vicieux de la peur de la récurrence



Deuxième rencontre - Thèmes

- Retour sur la dernière séance et l'exercice
- Questionner la validité et l'utilité de ses pensées
 - Cette pensée est-elle vraie?
 - Cette pensée est-elle utile?
 - Quelle est la pire chose qui pourrait arriver?
 - Pourrais-je m'y adapter?
- Information juste et interprétations réalistes
 - Interpréter réalistement les symptômes physiques
 - L'importance d'aller chercher l'information juste sur sa condition
 - Choisir les bonnes sources d'information
 - Interpréter les probabilités
- Exercice
 - Grille de restructuration cognitive

- Retour sur la dernière séance et l'exercice
- Introduction sur l'intolérance à l'incertitude
 - Augmenter sa tolérance face à l'incertitude plutôt que de chercher à augmenter la certitude
- Utilité de s'inquiéter
 - Remise en question des croyances
- L'importance de faire face
 - Évitement comportemental
- Exercice
 - Exposition comportementale

Quatrième rencontre - Thèmes

- Retour sur la dernière séance et l'exercice
- Évitement cognitif
 - S'exposer à la pensée
 - Tolérer les émotions associées
- Réassurance
 - Excessive ou justifiée?
 - Faux sentiment de contrôle
- Et si une récurrence survenait?
 - Envisager toutes les avenues possible et espérer le meilleur
 - L'importance des objectifs de vie
- Bilan et conclusion

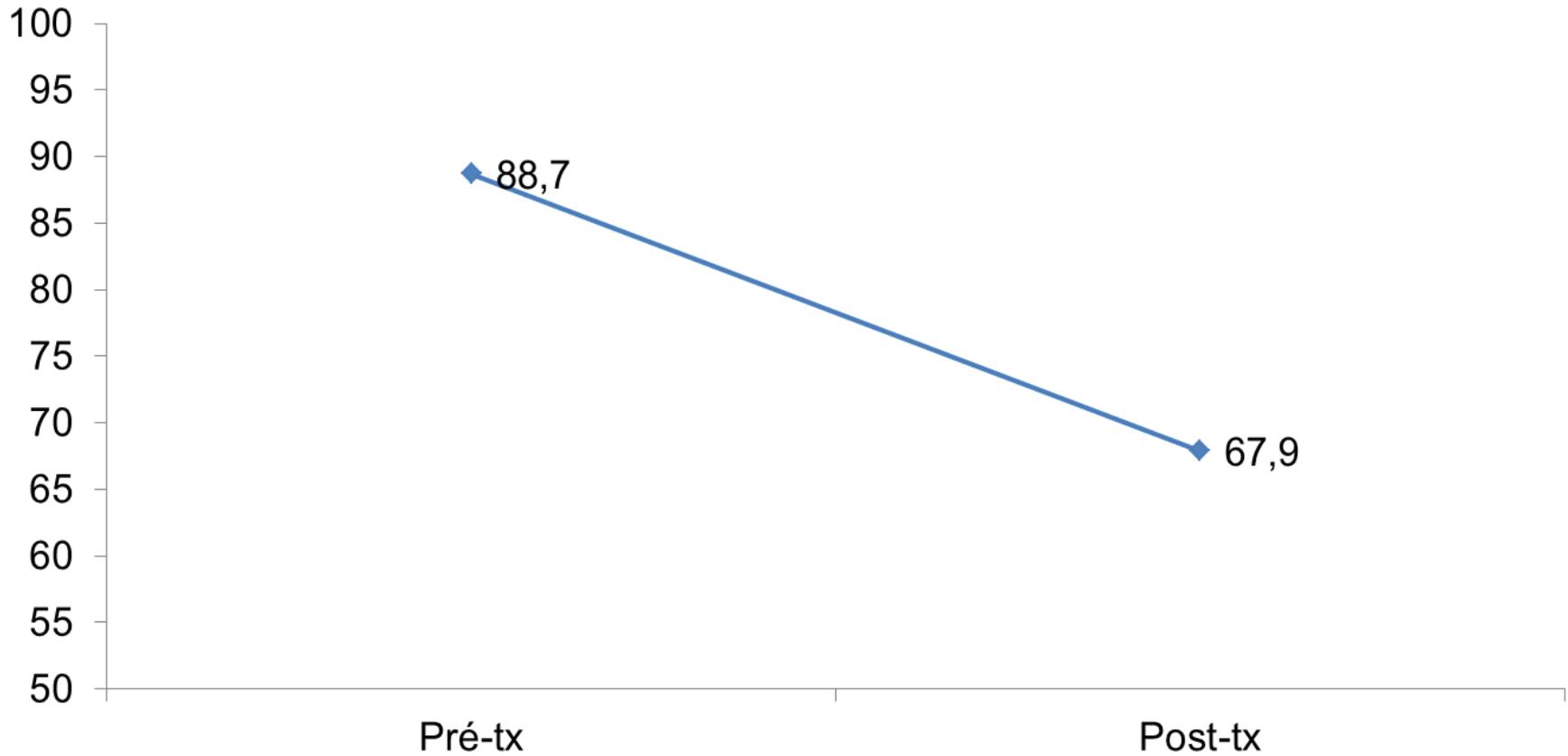
RÉSULTATS

Groupes 2 à 5 (N = 25 pré; 18 post)

Questionnaires pré-post tx (1 mois)

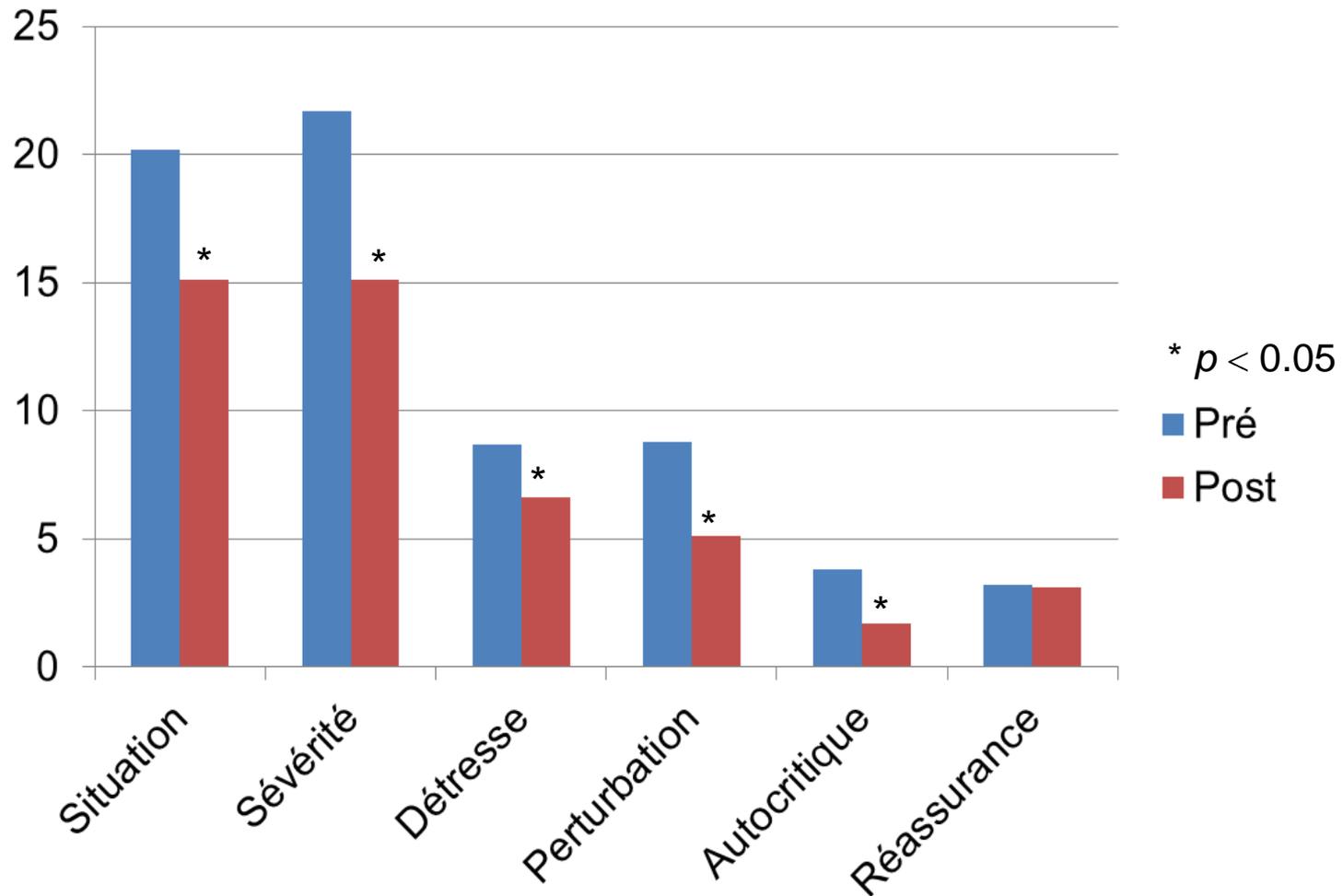
- Inventaire de la peur de récurrence du cancer (IPRC)
- Index de sévérité de l'insomnie (ISI)
- Échelle hospitalière d'anxiété et de dépression (EHAD)
- Questionnaire des croyances dysfonctionnelles envers le cancer (QCDC)
- Index de sévérité de la fatigue (ISF)
- Inventaire d'intolérance à l'incertitude (III)
- Questionnaire de qualité de vie de l'EORTC

Inventaire de la peur de récurrence du cancer : moyennes à l'échelle globale

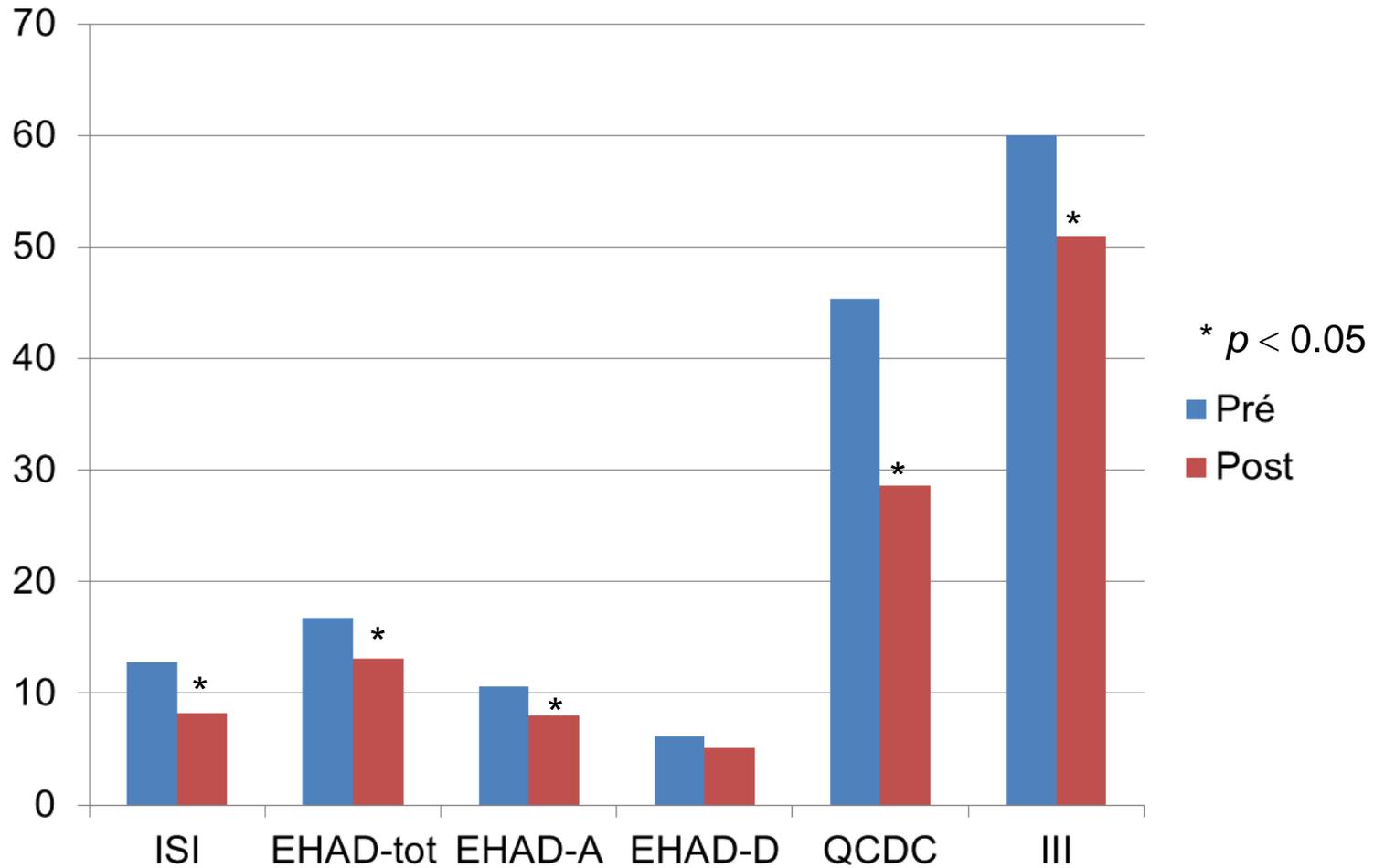


$p < 0.05$

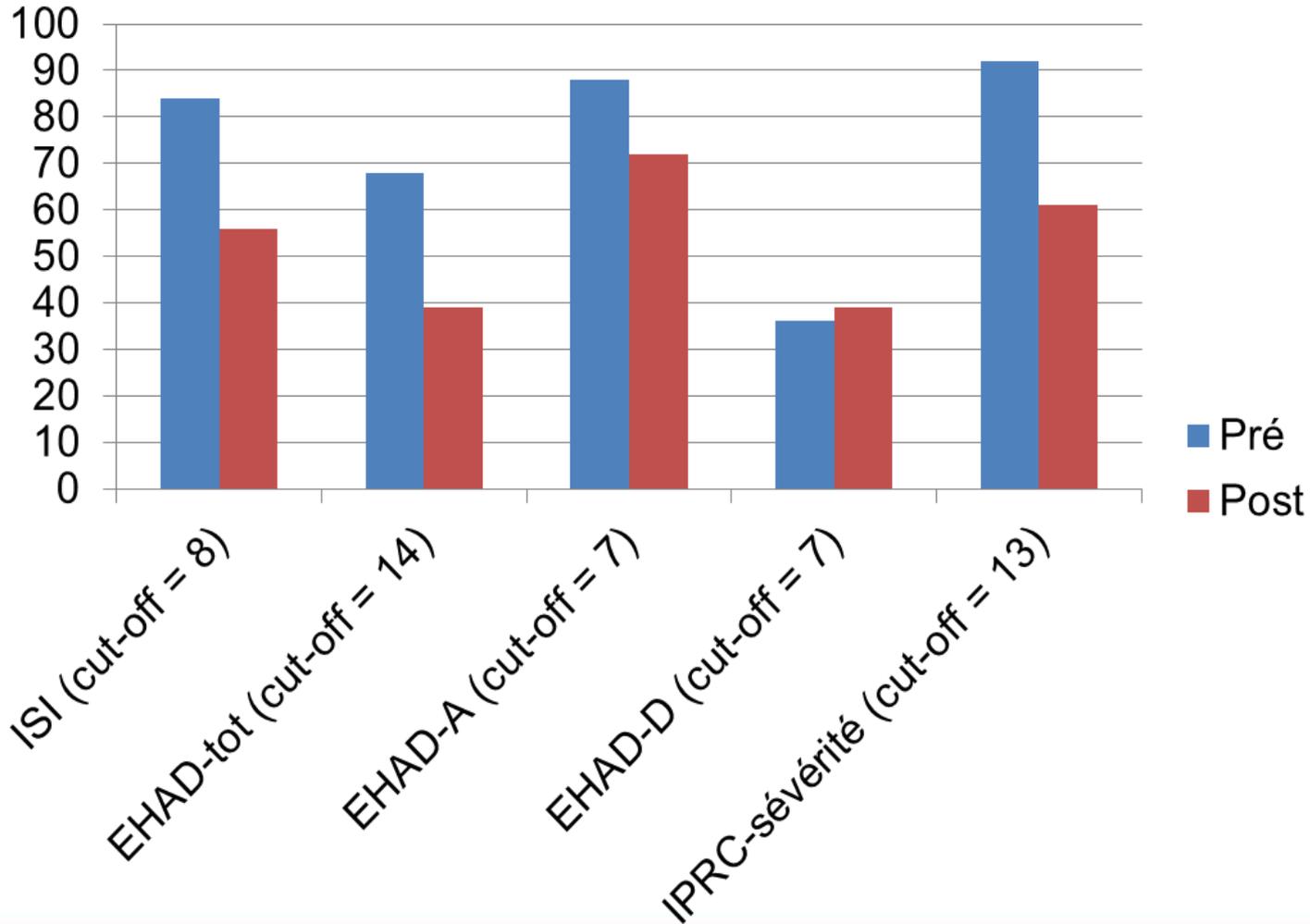
Moyennes aux sous-échelles de l'IPRC



Moyennes aux autres variables



Cotes cliniques (% de participants)



Conclusion

- Bilan positif
- Résultats statistiquement et cliniquement significatifs
- Première étape d'une démarche *stepped care*
 - Offre de suivi individuel possible
 - Identifier les caractéristiques du "patient-type"
- Amélioration continue dans le temps?
 - Ajout d'un temps de mesure
- Questionnaire de satisfaction ajouté aux deux derniers groupes