DAIP

Anticiper aujourd'hui

pour mieux faire entendre ses choix demain

Directives Anticipées Incitatives en Psychiatrie

GEM ITINÉRANT NORD ISÈRE
Information • Sensibilisation • Accompagnement

Comprendre • Choisir • Partager

MA PAROLE

Mes choix. Mes besoins. Mon expérience.

Ce qui m'aide	Ressources, attitudes, personnes, lieux ou habitudes qui peuvent m'apaiser.
Ce qui m'alerte	Signes qui peuvent annoncer que mon état se dégrade.
Ce que je souhaite	Préférences concernant les soins, l'accompagnement et les personnes à contacter.
Ce que je préfère éviter	Situations, attitudes, soins ou expériences qui ont pu être difficiles.

« Les DAIP ne parlent pas de la personne à sa place. Elles se construisent avec elle, à partir de son expérience, de son parcours et de ce qu'elle sait être aidant pour elle. »

Anticiper, c'est aussi pouvoir choisir.

COMPRENDRE

Pourquoi anticiper ?

Quand la crise arrive, il peut devenir difficile de trouver les mots, d'expliquer ce que l'on ressent ou simplement de dire ce dont on a besoin.

Parfois, les décisions doivent être prises alors que l'on ne parvient plus à faire entendre ce qui compte vraiment pour soi.

Préparer ses préférences à l'avance, dans un moment où l'on se sent suffisamment bien pour le faire, permet de laisser des repères : ce qui apaise, ce qui aide, ce que l'on souhaite éviter, les personnes sur qui l'on peut compter.

C'est une façon de faire entendre sa voix, même dans les moments où parler devient difficile.

Anticiper peut aider à :

- repérer plus tôt les signes d'alerte ;
- identifier ce qui aide et ce qui peut aggraver la situation ;
- faire connaître ses préférences avant que la crise ne s'intensifie ;
- préparer la place des proches et des professionnels ;
- soutenir une décision davantage partagée.

Le but n'est pas de prédire la crise. Il est de préparer des repères utiles si elle survient.

RECHERCHE

Ce que nous dit la recherche

Les travaux sur les directives anticipées et les plans de crise apportent plusieurs niveaux d'information. Pour rester rigoureux, ils doivent être distingués.

394	**participants**	Essai randomisé français DAIP
40	**entretiens**	Volet qualitatif présenté par Mougeot, Benetos et Simon
2 970	**participants**	13 essais randomisés dans une méta-analyse internationale

Un résultat souvent cité : une méta-analyse internationale a observé une réduction d'environ 23 % du risque d'hospitalisation sous contrainte avec les interventions de type directives anticipées / plans de crise. Ce résultat concerne 4 études, soit 1 102 participants, au sein d'une méta-analyse regroupant 13 essais.

L'essai français DAIP a également étudié l'hospitalisation sans consentement, ainsi que le pouvoir d'agir, le rétablissement et d'autres dimensions. Les résultats ne signifient pas qu'une DAIP garantit à elle seule l'absence de crise ou d'hospitalisation.

MA PAROLE

Mon expérience a de la valeur

L'étude qualitative DAIP a donné une place importante au récit des personnes

Ce que j'ai vécu peut m'aider à dire ce dont j'aurai besoin demain.
Une hospitalisation, une crise ou un passage difficile laisse une expérience. Il y a ce qui m'a aidé, ce qui m'a rassuré, mais aussi ce que j'ai mal vécu ou que je ne voudrais pas revivre.
Les DAIP permettent de partir de cette expérience pour mieux faire entendre mes besoins et mes choix.

Qu'est-ce qui m'a aidé ?

Qu'est-ce qui ne m'a pas aidé ?

Qu'aurais-je aimé que l'on sache ?

Qu'est-ce que je voudrais retrouver ?

Qu'est-ce que je souhaiterais éviter ?

MA PAROLE

Écouter ce que les personnes ont à dire

La parole des personnes qui ont vécu une hospitalisation est précieuse.

Elle permet de comprendre ce qui les a aidées, ce qui a été difficile, ce qui a renforcé leur confiance — ou, au contraire, l'a fragilisée. Cette expérience vécue est essentielle pour mieux préparer l'avenir.

Une DAIP peut servir de point d'appui pour transformer cette expérience en informations concrètes et partageables : besoins, préférences, ressources, personnes de confiance, soins souhaités ou à éviter.

MES CHOIX

Une DAIP, concrètement

Chaque DAIP est unique. Elle se construit avec la personne, à partir de son vécu, de ses besoins et de son parcours.

Personnes	Qui prévenir ? Qui est ma personne de confiance ? Quel rôle pour mes proches ?
Signes d'alerte	Quels changements annoncent généralement que je vais moins bien ?
Ressources	Qu'est-ce qui m'aide à retrouver un équilibre ?
Soins	Quels soins, traitements ou attitudes m'ont aidé ?
À éviter	Qu'est-ce que je préférerais éviter si cela est possible ?
Alternatives	Quelles autres solutions pourraient être envisagées ?

MES CHOIX

Préparer la crise avant la crise

Choisir le bon moment pour préparer ses DAIP

Une DAIP se prépare de préférence dans un moment où l'on se sent suffisamment bien pour réfléchir à ce que l'on souhaite vraiment. Elle peut évoluer avec vous : vous pouvez y revenir, changer d'avis, ajouter ou retirer des choses, parce que vos besoins, vos choix et votre vie évoluent.

Quelques questions de départ :

Comment je reconnais que ça commence à devenir difficile ?

Quels sont les premiers signes que je connais chez moi ? Qu'est-ce qui change dans ma façon de dormir, de parler, de penser, de voir les autres ou de vivre mon quotidien ?

- Qu'est-ce qui peut m'apaiser ou me rassurer ?
- Qui connaît bien ma manière de fonctionner ?
- Quelles expériences de soins voudrais-je faire connaître ?

ACCOMPAGNEMENT

Avec qui la préparer ?

C’est votre parole, votre expérience et vos choix qui comptent.
Vous pouvez préparer vos DAIP seul ou choisir d’être accompagné par une ou plusieurs personnes en qui vous avez confiance.

Un pair-aidant	peut partager son expérience du vécu et aider à mettre des mots sur ce qui compte pour vous.
Un professionnel	peut vous aider à préciser les informations utiles pour les soins et les périodes de crise.
Un proche	peut être associé à la démarche si vous le souhaitez.
Plusieurs personnes	peuvent participer, à condition que vos choix et votre parole restent toujours au centre.

Accompagner ne signifie pas décider à la place.

ACCOMPAGNEMENT

Partager pour que le document soit utile

Vos DAIP doivent pouvoir être retrouvées au bon moment.

Selon la situation, vous pouvez choisir de partager vos DAIP avec :

- la personne de confiance
- des proches choisis
- le psychiatre ou le médecin
- le CMP ou l'équipe de soins

C’est vous qui choisissez où conserver vos DAIP et avec qui les partager.

Les personnes que vous avez choisies doivent savoir qu’elles existent et où les trouver.

Vous pouvez les modifier à tout moment.

Ce qu'une DAIP peut - et ne peut pas - faire

Une DAIP permet de faire entendre ce qui compte pour la personne, y compris lorsque la crise rend plus difficile le fait de l'exprimer. Elle donne des repères pour respecter au mieux ses choix et ses préférences.

Une DAIP ne garantit pas que tout pourra se passer exactement comme vous le souhaitez. Elle permet cependant de faire entendre vos choix, d'en discuter à l'avance et de donner aux personnes qui vous accompagnent des repères pour les respecter autant que possible.

Une DAIP n'est pas une promesse que tout se passera comme prévu.
C'est un point d'appui pour ouvrir le dialogue, mieux se comprendre et faire entendre ce qui compte pour la personne.

ACCOMPAGNEMENT

Pour commencer, rien à remplir

Tout peut commencer par une conversation. Parler de ce que l'on a vécu, de ce qui nous a aidé ou de ce que l'on ne voudrait pas revivre. Poser des questions, prendre le temps d'y réfléchir. C'est souvent ainsi que commencent les DAIP.

Découvrir

Comprendre

Poser ses questions

Échanger

Puis décider librement d'aller plus loin

Et si vous souhaitez aller plus loin et préparer vos DAIP, vous pouvez choisir d'être accompagné, à votre rythme.

NOTRE ENGAGEMENT

Notre démarche

Nous souhaitons faire connaître les DAIP et permettre à chacun de comprendre à quoi elles servent, ce que la recherche nous apprend et comment soutenir la parole et les choix de la personne.
Nos temps de sensibilisation sont avant tout des espaces de discussion. Ils ne vous engagent pas à rédiger des DAIP.

Notre proposition :

- **Des temps d'information et de sensibilisation**
- **Des échanges autour de l'expérience vécue**
- **Un accompagnement à la réflexion**
- **Et, pour les personnes qui le souhaitent, un accompagnement à la rédaction**

Informer, échanger, accompagner — sans jamais décider à la place de la personne.

POUR ALLER PLUS LOIN

Repères & sources

Ce que montre la recherche

Une étude française sur les DAIP
Un essai randomisé s'est intéressé aux DAIP accompagnées par des pairs-aidants auprès de personnes ayant connu des hospitalisations psychiatriques sous contrainte.

394 participants • étude randomisée • résultats publiés dans JAMA Psychiatry

Tinland A., Loubière S., Mougeot F., et al. Effect of Psychiatric Advance Directives Facilitated by Peer Workers on Compulsory Admission Among People With Mental Illness: A Randomized Clinical Trial. JAMA Psychiatry. 2022;79(8):752-759. doi:10.1001/jamapsychiatry.2022.1627

Ce que nous apprend l'expérience vécue

L'expérience des personnes concernées compte aussi
Des travaux qualitatifs permettent de mieux comprendre comment les personnes vivent les soins, les hospitalisations et les mesures de contrainte — et ce qui peut favoriser ou fragiliser la confiance.

40 entretiens • expérience vécue • relation de soins

Mougeot F., Benetos E., Simon A. Apprendre (de) la violence à l'hôpital : directives anticipées en psychiatrie et violences des soins. Rhizome, n°80-81, 2021.

Des résultats internationaux

13 essais randomisés • 2 970 participants au total

Parmi eux, 4 études portant sur les directives anticipées et plans de crise (1 102 participants) montrent une réduction de 23 % du risque d'admission sous contrainte.

de Jong MH, Kamperman AM, Oorschot M, et al. Interventions to Reduce Compulsory Psychiatric Admissions: A Systematic Review and Meta-analysis. JAMA Psychiatry. 2016;73(7):657–664. DOI 10.1001/jamapsychiatry.2016.0501.

Ressources françaises

Psycom - Mon GPS • Centre ressource de réhabilitation psychosociale • Haute Autorité de Santé.

Mes repères

Cet espace est à vous. Vous pouvez y noter une idée, une question, quelques mots ou simplement ce que vous aimeriez garder en tête.

Ce qui est important pour moi…

Ce qui m'aide…

Ce que j'aimerais faire connaître…

Une question que je voudrais poser…

Ces notes vous appartiennent.
Elles ne constituent pas une DAIP : elles peuvent simplement servir de point de départ à une réflexion ou à un échange.

DAIP

Directives Anticipées Incitatives en Psychiatrie

Votre expérience compte.

Votre parole compte.

Vos choix méritent d'être entendus.

Tout peut commencer par une conversation.

GEM ITINÉRANT NORD ISÈRE

Comprendre • Échanger • Choisir

07 68 04 30 43

horslesmursni@proton.me

gemitinerantnordisere.fr