



Groupe d'intérêt et d'étude - Gestion de la Douleur Chronique

GIE-GDCH

« Ce que je ressens dans mon corps me fait mal depuis très longtemps »



Nous sommes un groupe de psychothérapeutes formés aux TCC et à la douleur chronique

Les objectifs du GIE-GDCH :

- Approfondir **l'évaluation, le traitement et la prévention** de la DCH.
- Développer la contribution des TCC dans la prise en charge globale des différentes pathologies douloureuses à travers la **recherche** et la **formation** pour une **meilleure gestion de la DCH**.
- Réunir les différents spécialistes intéressés par la douleur chronique, pour échanger, partager et **développer différents** aspects de notre pratique clinique.

Responsable : Lizet F Jammot, PhD,
Psychologue-Psychothérapeute TCC

Co-responsables :

- Catherine Guillemont, Psychologue-Psychothérapeute TCC
- Anne Masselin-Dubois, PhD,
Psychologue-Psychothérapeute TCC,
MCF - Université Bourgogne



VENEZ NOUS REJOINDRE !



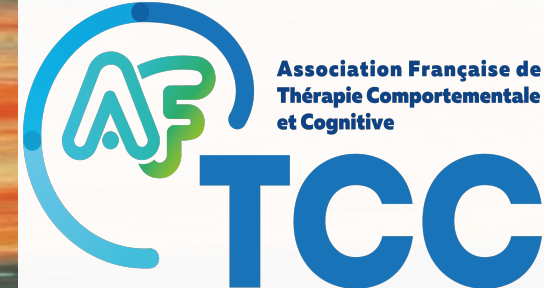
gie.gdch@gmail.com



Groupe d'intérêt et d'étude - Gestion de la Douleur Chronique

GIE-GDCH

« *Ce que je ressens dans mon corps me fait mal depuis très longtemps* »



51^{ème} CONGRES ANNUEL DE THERAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE

Stress et douleur chronique chez les patients douloureux chroniques et les sportifs douloureux **Apports des thérapies comportementales et cognitives**

- ❖ **Présentation du GIE Gestion de la douleur chronique.** *Anne Masselin-Dubois, MCF en psychologie clinique et psychopathologie, Laboratoire Psy-DREPI EA-7458, Université de Bourgogne, Psychologue clinicienne, Psychothérapeute TCC, Co-responsable du GIE-GDCH*
- ❖ **Impact du stress sur l'expérience douloureuse chronique dans un contexte sanitaire spécifique.** *Catherine Guillemont, Psychologue clinicienne, Psychothérapeute TCC, co-auteur du livre: « Ma douleur, comment l'appriivoiser » (2012), Co-responsable du GIE-GDCH*
- ❖ **Approche cognitive-comportementale de la douleur chronique chez les sportifs et non sportifs : déterminants, réactions et modalités de la prise en charge psychologique.** *Julie Wynants, Psychologue clinicienne et psychothérapeute cognitive et comportementale, Consultation de la douleur, Clinique St-Jean (Bruxelles). Préparatrice mentale à Training plus, Centre d'Accompagnement Sportif Walhain, Belgique. Formatrice en Algologie à la Fédération de Cyclisme Wallonne, Belgique.*

Maison de la Chimie, Paris - 9 décembre 2023, 9h00 à 10h30

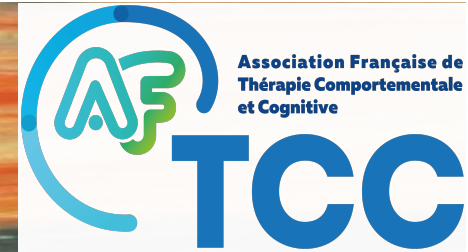
Contact: gie.gdch@gmail.com



Groupe d'intérêt et d'étude - Gestion de la Douleur Chronique

GIE-GDCH

« Ce que je ressens dans mon corps me fait mal depuis très longtemps »



51^{ème} CONGRES ANNUEL DE THERAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE

Stress et douleur chronique chez les patients douloureux chroniques et les sportifs douloureux Apports des thérapies comportementales et cognitives

- ❖ **Présentation du GIE Gestion de la douleur chronique.** *Anne Masselin-Dubois, MCF en psychologie clinique et psychopathologie, Laboratoire Psy-DREPI EA-7458, Université de Bourgogne. Psychologue clinicienne, Psychothérapeute TCC. Co-responsable du GIE-GDCH*
- ❖ **Impact du stress sur l'expérience douloureuse chronique dans un contexte sanitaire spécifique.** *Catherine Guillemont, Psychologue clinicienne, Psychothérapeute TCC
Co-auteur du livre : « Ma douleur , comment l'appriivoiser » (2012) . Co-responsable du GIE-GDCH*
- ❖ **Approche cognitive-comportementale de la douleur chronique chez les sportifs et non sportifs : déterminants, réactions et modalités de la prise en charge psychologique.** *Julie Wynants, Psychologue clinicienne et psychothérapeute cognitive et comportementale, Consultation de la douleur, Clinique St. Jean (Bruxelles). Préparatrice mentale à Training plus, Centre d'Accompagnement Sportif Walhain, Belgique. Formatrice en algologie à la Clinique St. Jean (Bruxelles) et Formatrice d'entraîneurs à la Fédération de Cyclisme Wallonne, Belgique*

Maison de la Chimie, Paris - 9 décembre 2023, 9h00 à 10h30

Contact: gie.gdch@gmail.com

51^{ème} CONGRES ANNUEL DE THERAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE - AFTCC -

GRUPE D'INTERET ET D'ETUDE - GESTION DE LA DOULEUR CHRONIQUE (GIE-GDCH)

Samedi 9 décembre 2023. 9H00-10h30

Approche cognitivo-comportementale de la douleur chronique chez les sportifs et non sportifs : déterminants, réactions et modalités de la prise en charge psychologique.

Julie WYNANTS. Psychologue clinicienne, Psychothérapeute cognitive et comportementale.

Consultation de la douleur, Clinique St-Jean (Bruxelles).

julie.wynants2@gmail.com

Résumé

La présentation aura pour objectif de faire le parallèle entre les répercussions de la douleur chronique chez les sportifs et les patients souffrant de douleurs chroniques et de comprendre les facteurs et mécanismes similaires chez l'athlète et le patient douloureux chronique. La blessure implique bien souvent l'arrêt des compétitions pour les sportifs de haut niveau avec des répercussions parfois importantes au niveau psychologique. Il en est de même pour les patients souffrants de douleurs chroniques. Ceux-ci sont parfois obligés d'arrêter de travailler. Ainsi la présentation abordera les déterminants psychologiques de la blessure du sportif à travers le « stress injury model » de William et Andersen (1998) et celui de Lazarus & Folkman (1984) pour les patients douloureux chroniques. Ces deux modèles multifactoriels lient le stress et la survenue d'une blessure/douleur en mettant en évidence que la réponse au stress dépend de l'évaluation cognitive de la situation. Nous verrons par la suite les différentes réactions à la blessure d'après le modèle interactionniste (Fournier et al. 2001) expliquant les différentes phases pour les sportifs et les patients cliniques. Enfin, nous nous pencherons sur la prise en charge psychologique. Dans un contexte de blessure ou de douleur persistante, les TCC visent à aider les patients à se décentrer de la douleur et développer des moyens pour y faire face. Il s'agit également d'augmenter les ressources et le sentiment de compétence de chacun. Les TCC ont pu démontrer des effets positifs sur le processus de réhabilitation : L'imagerie mentale et la relaxation ont prouvé qu'elles amélioraient la qualité de la réhabilitation, diminuaient l'anxiété à la reblessure, amélioraient la confiance en soi, aidaient à surpasser la peur de la blessure et favorisaient l'utilisation des stratégies de coping. La restructuration cognitive et la fixation d'objectif permet une meilleure acceptation de la blessure et améliorent la survenue de pensées positives.

Bibliographie

- Biswas**, A., & Biswas, A. K. (2023). Psychological Interventions of Injury in Athletes - A Review. *International journal of research pedagogy and technology in education and movement. Sciences*, 12(01), 80-87.
- Gledhill**, A., Forsdyke, D., & Murray, E. (2018). Psychological interventions used to reduce sports injuries: a systematic review of real-world effectiveness. *British Journal of Sports Medicine*, 52(15), 967-971.
- Podlog**, L., Banham, S. M., Wadey, R., & Hannon, J. C. (2015). Psychological readiness to return to competitive sport following injury: a qualitative study. *The Sport Psychologist*, 29(1), 1-14.
- Shortway**, K. M., Wolanin, A., Block-Lerner, J., & Marks, D. (2018). Acceptance and commitment therapy for injured athletes: Development and preliminary feasibility of the return to ACTION protocol. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 12(1), 4-26.
- Tamminen**, K. A., & Watson, J. C. (2022). Emotion focused therapy with injured athletes: Conceptualizing injury challenges and working with emotions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 34(5), 958-982.
- Souche**, A., Piguet, V., Desmeules, J., & Cedraschi, C. (2019). Pourquoi proposer la thérapie cognitivo comportementale dans les douleurs chroniques ? *Rev Med Suisse*, 15, 1272-5.

**51^{ème} CONGRES ANNUEL DE THERAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE
- AFTCC -**

GROUPE D'INTERET ET D'ETUDE - GESTION DE LA DOULEUR CHRONIQUE (GIE-GDCH)

Samedi 9 décembre 2023. 9H00-10h30

**Impact du stress sur l'expérience douloureuse chronique dans un contexte sanitaire
spécifique**

Catherine GUILLEMONT, Psychologue clinicienne. Psychothérapeute TCC
catherine.guillemont@sfr.fr

Résumé

La douleur et le stress partagent une relation réciproque et bidirectionnelle ; l'un pouvant moduler l'autre. Le stress peut avoir un effet paradoxal sur la douleur, en fonction de divers facteurs il peut conduire à une **hypoalgésie** et dans d'autres contextes à une **hyperalgésie**. L'expérience de la douleur est affectée par des facteurs neuro-psycho-sociaux. Une meilleure compréhension des interactions stress - douleur pourrait permettre des interventions innovantes. La **littérature sur le stress** : Les travaux de Dickerson et al. (2004) (1) et de Sonia Lupien (2013) (2) ont identifié un modèle intégratif, comprenant **quatre caractéristiques distinctives** : perception de contrôle faible face à une situation, imprévisibilité, nouveauté et menace pour l'égo, conduisant à une réponse physiologique au stress, le **modèle CINE**. Ces caractéristiques sont souvent présentes dans l'expérience des personnes vivant avec la douleur chronique, mais également dans des contextes particuliers, comme le contexte sanitaire de la pandémie de la COVID-19. Elle offre un cadre spécifique pour mieux saisir l'influence réciproque du stress et de la douleur. Nous présenterons les travaux réalisés par **Gabrielle Pagé** (3,4), dans le contexte de la pandémie à coronavirus (2020). Sur la base du modèle CINE (2), elle a exploré l'impact du stress sanitaire sur les personnes présentant une douleur chronique. L'objectif était de mieux comprendre de quelle manière l'évaluation de la menace et des défis générés par la situation de pandémie permettait d'appréhender le vécu, et les besoins des personnes douloureuses chroniques et d'apporter une aide mieux adaptée.

Bibliographie

1. **Sally S Dickerson**, Margaret E Kemeny (2004). Acute stressors and cortisol responses, a theoretical integration and synthesis of laboratory research. *Psychol Bull.* 130(3), 355-91
2. **S Lupien**, I Ouellet Morin, L Trépanier, RP Juster, MF Marin, N François et al. (2013). The DeStress for Success Program: effects of a stress education program on cortisol levels and depressive symptomatology in adolescents making the transition to high school. *Neuroscience*. Sep 26: 249;74-97
3. **Gabrielle Pagé**, PhD ; Anaïs Laçasse, PhD ; Lise Dassieu, PhD ; Maria Hudspith, MA ; Gregg Moor, BA ; Kathryn Sutton ; James M. Thompson, MD; Marc Dorais, MSc ; Aurée Janelle Montcalm, MSc ; Nadia Sourial, PhD ; Manon Choinière, PhD . (2021). A cross-sectional study of pain status and psychological distress among individuals living with chronic pain: the Chronic Pain & COVID 19, Pan Canadian Study Published online, Feb. 10, 2021
4. **Anaïs Lacasse**, M. Gabrielle Pagé, Lise Dassieu, Nadia Sourial, Aurée Janelle-Montcalm, Marc Dorais, Hermine Lore Nguena Nguéack, Marimée Godbout-Parent, Maria Hudspith, Gregg Moor, Kathryn Sutton, James M. Thompson, Manon Choinière. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on the pharmacological, physical, and psychological treatments of pain: findings from the Chronic Pain & COVID-19 Pan-Canadian Study, *Pain Rep.* Feb 8; 6(1); e891.