

DSM5	Troubles bi-polaires	Dépansions	Personnalité border line, dépendante, évitante	Trauma	Troubles anxieux
	Processus identitaires	Processus cognitifs	Processus émotionnels	Processus motivationnels	Processus relationnels
Approche processuelle	<ul style="list-style-type: none"> • Identification à la maladie • Métacognition liée au self (estime de soi, image de soi, image du corps...) • Difficultés à percevoir ses propres ressources, ses compétences et ses valeurs • Difficulté à avoir conscience de soi 	<ul style="list-style-type: none"> • Affirmation de soi • Biais cognitifs (style d'attribution interne ou externe, pensées automatiques, pensées négatives répétitives) 	<ul style="list-style-type: none"> • Difficulté à identifier corporellement les sensations et les émotions • Difficulté à reconnaître ses émotions • Stratégies de régulation émotionnelles inefficaces (évitements expérientiels et cognitifs) 	<ul style="list-style-type: none"> • Capacités à identifier ses besoins, ses valeurs et ses ressources personnelles et environnementales • Initiation au changement • Identifier les motivations intrinsèques et extrinsèques • Développer compétences et connaissances 	<ul style="list-style-type: none"> • Difficulté dans les habiletés relationnelles • Difficulté d'inclusion sociale • Facteurs relationnels de développement ou de maintien des troubles
Outils	<ul style="list-style-type: none"> • Psychothérapie individuelle • Groupe de parole • Expression médiatisée • Groupe ressources et/ou efficacité personnelle • Automassages et relaxation • Musicothérapie 	<ul style="list-style-type: none"> • Psychothérapie individuelle • Jeux thérapeutiques centrés ressources • Groupe affirmation de soi • Gym douce type Brain gym (favorise concentration) • Neuro-musicothérapie 	<ul style="list-style-type: none"> • Psychothérapie individuelle • Groupe émotions (exposition, détresse) • Groupe vivre ses émotions • Expression médiatisée • Jeux thérapeutiques centrés émotions • Relaxation, automassages, • Hypnose • Activités sensorielles • Musicothérapie 	<ul style="list-style-type: none"> • Psychothérapie individuelle • Groupe affirmation de soi • Gym douce • Relaxation de tout type • Groupe ressources • Groupes d'éducation à la santé • Théâtre • Musicothérapie 	<ul style="list-style-type: none"> • Psychothérapie systémique • Tout type de travail en groupe (ressources, expression, jeux, émotions, musicothérapie...) • Groupe de parole patients et/ou famille • Sorties culturelles • Insertion sport avec éducateur

Parcours « Emotions et ressources »

- **Equipe** composée de psychiatre, psychologue, infirmiers/infirmières, ergothérapeute, musicothérapeute et ASE
- **Entretien** de pré-évaluation médicale, para-médicale et psychologique
 - Mise en lien avec préconisations du médecin prescripteur
 - Besoins, demandes, intentions, objectifs de la personne
- Orientation : Diagnostic DSM et/ou processuel et/ou groupe d'observation
- Formalisation en équipe d'un PSP pour le planning d'activités thérapeutiques, co-signé par le patient
- **Outils thérapeutiques**
 - Psychothérapies individuelles, systémiques, médiatisées
 - Groupes animés et co-animés (psychologue, infirmiers, ergo)
 - Sorties et accompagnements à l'extérieur
 - Bilans (psychologue, ergo, infirmiers, ASE)