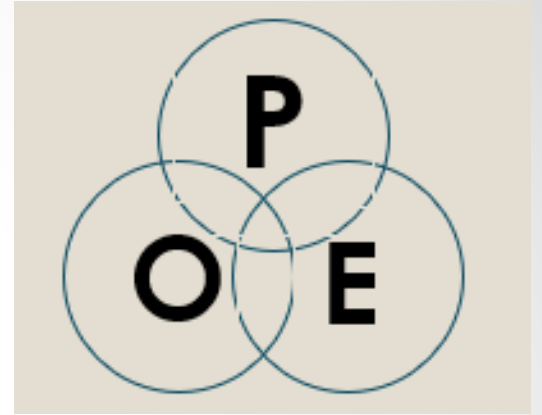


Modèle PEO

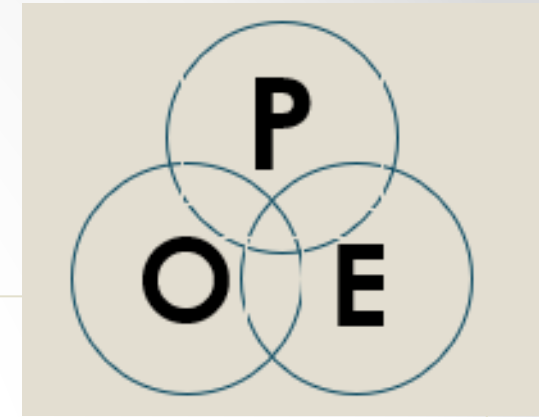
Ce modèle a été créé par Law, Cooper, Strong, Stewart, Rigby & Letts (1996). Il décrit la théorie et l'application clinique de l'interaction entre la personne, l'environnement et l'occupation, comme un système dynamique.



Ce modèle a été la base des autres modèles créés par des ergothérapeutes, avec la vision du système dynamique PEO. Le vocabulaire occupationnel s'est ensuite développé et ces trois pôles ont été pensés de diverses façons, dans leurs interactions et le sens à leur donner.

D'une certaine manière, il est possible de se dire que tous et toutes les ergothérapeutes **travaillent dans cet état d'esprit**, même si cela n'est pas officiellement annoncé, car nous sommes attentifs-ves à ces trois pôles, aux interactions entre ces trois pôles et aussi à ce qui se trouve au cœur de ces trois pôles.

Système PEO

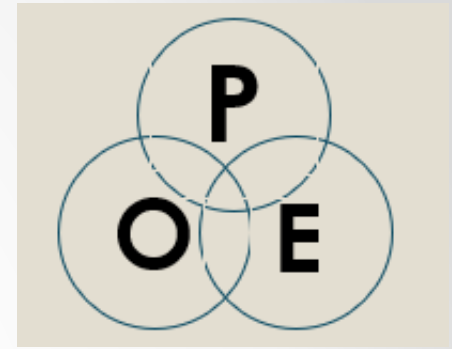


Dans le groupe du Gresm, peu à peu, ce système PEO s'est invité

- Tout d'abord dans **un poster faisant partie d'un kit de communication**
- Puis dans le groupe outil qui travaille sur un **outil autour de l'autonomie** organisé en mode PEO, avec **une partie subjective** (sur la représentation qu'a la personne de son autonomie) et **une partie comparative** (plus proche d'un bilan « classique » avec deux visions, auto et hétéro évaluation)
- Enfin dans le groupe ouvrage, qui va proposer en 2026 ou 2027, **un ouvrage organisé en mode PEO** et qui nous permet de mener une réflexion sur ce système, comme une revisite des sources de nos modèles en ergothérapie.

Le système PEO s'est ancré dans les travaux du Gresm, pas véritablement comme l'appui sur un modèle, mais comme **l'utilisation de ces trois pôles pour avoir une grille de lecture, d'analyse, d'ancrage de la pensée collective.**

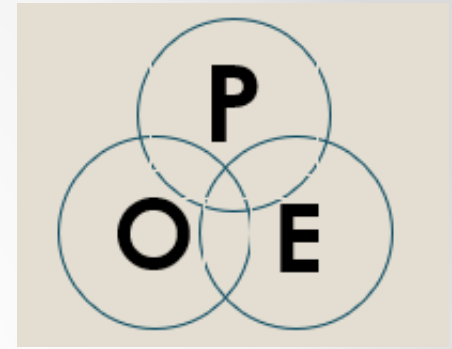
Systeme PEO



Le groupe du Gresm est donc entré dans un questionnaire sur le PEO pour, peut-être, offrir **une utilisation potentielle de ce système dans les 3 domaines de la santé mentale** (santé mentale positive, souffrance psychique réactionnelle et troubles psychiques et psychiatriques, graves et/ou chroniques)

Lors de situations d'enseignement, des étudiant.e.s ont exprimé leur besoin de **pouvoir s'appuyer sur un modèle**. Ils ont témoigné de la demande qui leur est faite d'utiliser un modèle avec le vocabulaire en cohérence avec ce modèle et surtout, de leur difficulté à se retrouver dans des concepts si divers, proposés dans le cadre de la psychiatrie.

Systeme PEO

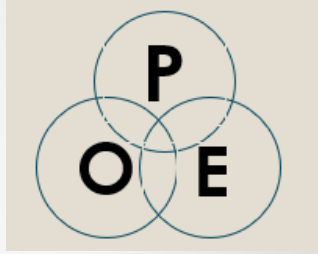


Dès lors, en tant qu'enseignante il m'a semblé important de trouver ce qui peut donner du sens, donner un fil conducteur et permettre une lecture facilitée des situations en ergothérapie.

C'est donc dans ce cadre que j'ai proposé ce powerpoint pour **continuer à réfléchir sur ce système et toutes ses interactions**, en impliquant les étudiant.e.s de seconde année d'Alençon, pour qu'ils puissent donner leur avis sur cette lecture potentielle, dans un travail participatif.

Ce travail est donc une amorce d'une lecture intégrative possible de nos pratiques si diverses en santé mentale, travail qui s'appuie sur tous les travaux menés dans le Gresm et sur nos discussions fructueuses entre ergothérapeutes.

Systeme PEO



Il permet **d'analyser comment les interactions** entre la personne, son environnement et ses occupations influencent son bien-être psychologique, son autonomie, sa participation sociale, son rétablissement, son équilibre occupationnel, selon les termes utilisés par les personnes accompagnées ou thérapeutes.

- **Approche globale** : Ne se limite pas aux symptômes, mais considère la personne dans toutes ses dimensions, toutes ses occupations et dans son contexte de vie
- **Empowerment** : Implique la personne dans son projet de soin et de vie, en utilisant des bilans (si nécessaire) et des outils pertinents (issus de l'ergothérapie), proposés par l'ergothérapeute et validés par la personne accompagnée
- **Flexibilité** : Permet d'adapter les interventions aux besoins uniques de chacun, en s'appuyant sur les concepts inter-disciplinaires ou ergothérapiques pertinents

En santé mentale, la composante "Personne" pourrait inclure

Dimension psychique: conscient et inconscient, expression et connaissance de soi, construction identitaire, dimension affective

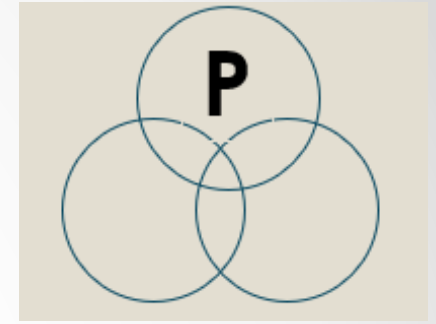
Symptômes : Anxiété, dépression, troubles de l'humeur, psychose, etc.

Capacités cognitives et sensorielles : Mémoire, attention, fonctions exécutives

Émotions et motivation : Estime de soi, sentiment d'efficacité personnelle, intérêt pour les activités, vécus émotionnels

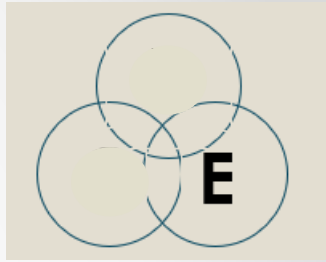
Histoires et expériences : Traumatismes, stigmatisation, résilience

Rôles sociaux : Parent, travailleur.euse, étudiant.e, ami.e



Exemple : Une personne avec un trouble dépressif peut avoir une **baisse de motivation** (P), ce qui affecte sa capacité à s'engager dans des occupations quotidiennes (O) comme le travail, les loisirs et qui affecte aussi ses interactions

L'environnement joue un rôle clé dans la santé mentale, car il peut aggraver ou atténuer les symptômes



- **Environnement physique :**

- Logement (ex. : surpeuplement, insalubrité)
- Accès aux services de santé (ex. : centres de soins, transports)

- **Environnement social :**

- Soutien familial et amical ou environnement négatif
- Stigmatisation ou discrimination (ex. : au travail, dans la communauté)

- **Environnement culturel :**

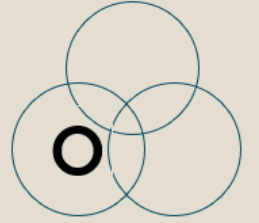
- Normes sociales (ex. : pression pour être productif, performant)
- Croyances sur la santé mentale (ex. : tabous, méconnaissance, fausses croyances)
- Accès aux lieux de cultures (cinéma, opéra, théâtres, musées...)

- **Environnement institutionnel :**

- Politiques de santé mentale (ex. : accès aux thérapies, politiques de prévention)
- Ressources communautaires (ex. : groupes de soutien, associations)
- Impact environnements écologiques, politiques

Exemple : Un environnement de travail **stressant et non soutenant** (E) peut exacerber l'anxiété d'une personne (P) et réduire sa participation à des occupations valorisantes (O).

Les occupations (activités signifiantes et significatives) en santé et en santé mentale sont essentielles



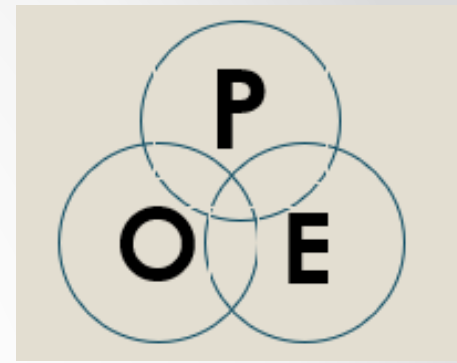
- **Donner un sens** (ex. : expression de soi, introspection, travail, bénévolat, créativité)
- **Améliorer l'estime de soi** (ex. : réussite dans une activité)
- **Structurer la journée** (ex. : routines, habitudes, AVQ)
- **Favoriser les interactions sociales** (ex. : loisirs partagés, milieu associatif, engagement et participation sociale)

Problèmes occupationnels

- **Désengagement** : Perte d'intérêt pour les activités (ex. : apathie dans la dépression), manque de sens dans la vie, souffrance psychique et angoisse qui empêchent les activités/occupations
- **Difficultés cognitives** : Troubles de concentration limitant la participation.
- **Barrières environnementales** : Manque d'accès à des activités adaptées.

Exemple : Une personne avec un trouble bipolaire peut avoir du mal à **maintenir un emploi stable** (O) en raison de ses fluctuations d'humeur (P) et du manque de flexibilité de son employeur (E).

Le PEO permet d'identifier des cercles vicieux ou vertueux

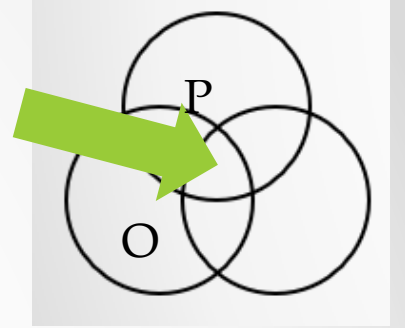


- **Cercle vicieux** : Angoisse (P) → Désengagement des occupations (O) → Isolement social (E) → Aggravation des symptômes (P)
- *Exemple* : Une personne dépressive évite les sorties (O), ce qui réduit son soutien social (E) et aggrave sa dépression (P)

- **Cercle vertueux** : Environnement soutenant (E) → Participation à des occupations (O) → Amélioration de l'estime de soi (P)
- *Exemple* : Un groupe de parole (E) permet à une personne de partager son vécu (O), ce qui renforce sa résilience, sa connaissance de soi, ses compétences d'expression et d'introspection (P)

LIEN entre Personne et Occupation (P ↔ O)

Que se passe t-il entre la personne et l'occupation ? Comment s'influencent t'elles mutuellement?

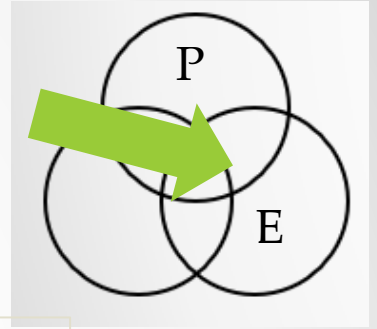


Des questions à se poser :

- La personne a-t-elle les capacités/ compétences/habiletés nécessaires pour réaliser cette activité/occupation ?
- L'activité/occupation a-t-elle du sens pour elle ? A quoi se réfère t-elle dans son histoire?
- L'activité/occupation permet t'elle un sentiment de valeur personnelle, de satisfaction, de plaisir?
- L'activité proposée est-elle une activité signifiante ou significative? Un moyen d'expression ou une finalité? Une occupation de la personne?
- Les capacités physiques correspondent-elles aux exigences de la tâche ? Les fonctions cognitives sont-elles adaptées (mémoire, attention, planification) ?
- Le niveau de difficulté est-il ajusté ? Y a-t-il douleur, fatigue, anxiété qui limitent l'action ?
- Les valeurs et la motivation soutiennent-elles l'engagement dans cette activité/occupation ?

Lien entre personne et environnement (P ↔ E)

Etude des facilitateurs et obstacles environnementaux sur la personne et sur les capacités de la personne à agir sur son environnement



Des questions possibles

- PHYSIQUE

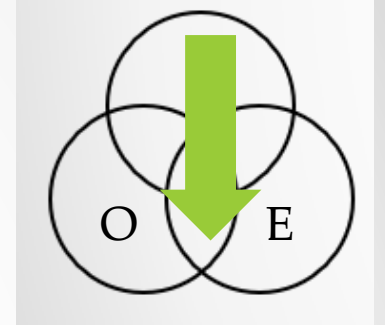
- L'environnement est-il accessible physiquement ? Y a-t-il des barrières architecturales ?
- Le bruit, la lumière ou la stimulation sensorielle sont-ils adaptés ?
- La personne peut-elle agir sur son environnement de vie? Si oui, comment?

- SOCIAL

- Le soutien social est-il suffisant ? Les attentes sociales sont-elles réalistes ?
- L'environnement respecte-t-il la culture et les valeurs de la personne ?
- Les règles institutionnelles, sociales, politiques facilitent-elles la participation ?
- Comment la personne s'inscrit t'elle dans son environnement? Est-elle dans une capacité de s'engager, de participer, d'agir sur son environnement social?

LIEN entre environnement et occupation ($E \leftrightarrow O$)

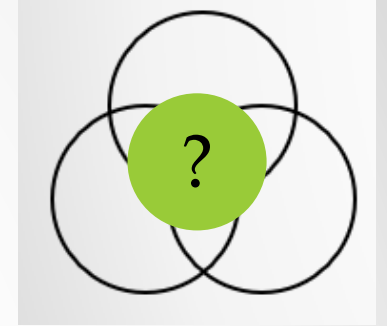
L'environnement est-il adapté à la réalisation de cette occupation spécifique ?



Des questions possibles

- Le matériel nécessaire est-il disponible ? Permet-il des expériences créatives, cognitives, organisationnelles? Permet-il l'apprentissage ou la création libre?
- L'espace est-il organisé pour permettre l'activité ?
- Les normes du milieu correspondent-elles aux exigences de l'activité ? Intention d'apprentissage, d'expression, de partage d'expériences?
- L'environnement/ cadre thérapeutique/milieu écologique impose-t-il des contraintes excessives ou est-il facilitateur (contenant, confidentiel, ouvert, sécurisant)?

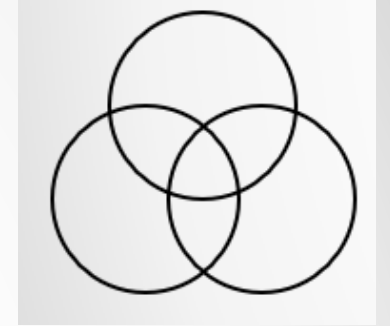
Quel mot place t'on au centre du système dynamique PEO?



Des questions possibles

- Quel mot place la personne au cœur de ce système? Quel objectif souhaite t'elle atteindre? (bien être, équilibre psychique, équilibre occupationnel, rétablissement, équilibre de vie...)
- Où se situe le déséquilibre principal pour la personne? En a-t-elle conscience?
- Sur quel élément est-il le plus pertinent d'intervenir ? Occupation, environnement ou personne?
- La personne participe-t-elle comme elle le souhaite ?
- Y a-t-il un sentiment de compétence et de satisfaction ?

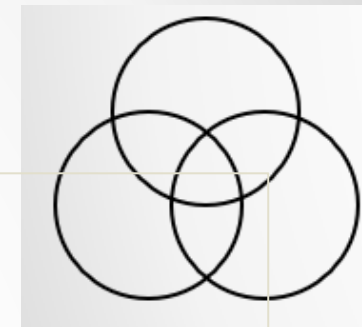
Évaluer



Questions clés

- Quelles sont les **composantes de la personne** qui lui posent problème: souffrance psychique, angoisse, anxiété, « gestion » des émotions, troubles cognitifs, troubles sensoriels...?
- **Quelles occupations** sont importantes pour elle ? Lesquelles souhaite t'elles découvrir, développer, ancrer, changer, arrêter...? A t'elle des occupations bonnes ou nocives pour elle?
- **Quels aspects de l'environnement** posent problème ou facilitent? (Physique, social, culturel, politique...?)

Intervenir



Soutenir les capacités/ compétences/ ressources internes de la personne

- **Soin psychique:** expression de soi, compétences introspectives et créatives
- **Réhabilitation psycho-sociale:** inclusion, habiletés sociales, utilisation de ses compétences (remédiation cognitive, ETP, psycho-éducation)

Faciliter la participation aux occupations

- **Activités signifiantes et significatives:** comme outils thérapeutiques ou finalité de l'intervention
- **Médiations créatives et projectives:** comme outils thérapeutiques
- **Travailler** sur l'engagement, la participation, la motivation, le sens des occupations

Adapter l'environnement

- **Physique :** Aménager un espace calme à la maison pour réduire l'anxiété.
- **Social :** Faciliter l'accès à des groupes de soutien (ex. : associations de pairs).
- **Institutionnel :** Plaidoyer pour des politiques inclusives (ex. : temps partiel thérapeutique, soutien à l'accès au bénévolat, au travail...)

	Personne (P)	Environnement (E)	Occupation (O)	Intervention PEO
Dépression	Fatigue, tristesse, sentiment de dévalorisation	Isolement, manque de soutien	Difficulté à prendre soin de soi	Thérapie médiatisée (P) Activités de soins personnels, d'expression, de création (O) Soutenir la création d'un réseau de soutien (E)
Trouble anxieux généralisé	Évitement, rumination	Environnement de travail stressant	Difficulté à se concentrer	Techniques de relaxation (P) Travail sur planification (pauses) (O) Aménager le poste (E)
Schizophrénie	Hallucinations, désorganisation	Stigmatisation, logement précaire	Perte d'emploi	Réhabilitation PS (P) Aide retour emploi (O) Logement accompagné (E)

REMERCIEMENTS



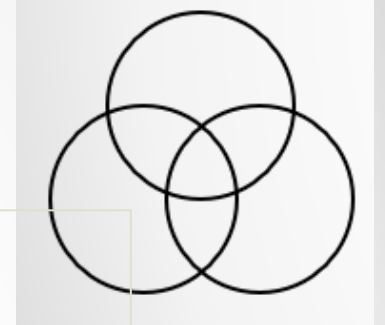
A toutes les personnes du Gresm avec qui nous échangeons de façon fructueuse

Aux étudiants d'Alençon qui ont contribué par leurs questions à cette réflexion

Aux référents de l'IFE d'Alençon qui nous permettent à Maxime Lavandier, Paul Lecrenay et moi-même de pouvoir entrer dans des situations d'expérimentation pédagogiques en nous offrant des semaines complètes de travail sur la santé mentale, plus particulièrement sous l'angle des troubles psychiques.

Ce travail sur une durée d'une semaine permet une vraie immersion pour les étudiant.e.s et de véritables échanges féconds entre les formateur.rices.

SOURCES



Law, M., Cooper, B., Strong, S.*, et al.

The Person-Environment-Occupation Model: A Transactive Approach to Occupational Performance
Journal of Occupational Therapy, Canada

— Un des textes fondateurs qui présente le modèle PEO dans une perspective écologique.

Christiansen, C., & Baum, C. (eds.)

Occupational Therapy: Performance, Participation, and Well-Being

— Chapitres sur les modèles théoriques incluant le PEO, contexte conceptuel en ergothérapie.

TROUVÉ, Éric, ROUSSEAU, Jacqueline et MOREL-BRACQ, Marie-Chantal. (2016). *Approche de l'environnement dans les modèles ergothérapiques*. Dans **E. Trouvé (dir.), Agir sur l'environnement pour permettre les activités** (pp. 207-220). Louvain-la-Neuve : De Boeck Supérieur. Chapitre 13