

Construction d'un dispositif thérapeutique

Types d'ateliers

Cassandra FAYS
Muriel Launois

Plan

Types d'ateliers en fonction des domaines d'intervention, des intentions globales, des contextes de soin et des objectifs

- Contexte de psychothérapie
- Contexte de thérapie cognitive
- Contexte hygiène de vie
- Contexte intégration sociale



Thérapie psychique, version introspection



Contexte de psychothérapie



Compréhension et changement de fonctionnement intrapsychique

Intention globale

- Compréhension de son fonctionnement intra-psychique grâce à l'introspection
- Agir pour permettre à la personne de transformer son angoisse

Thérapeutes et outils transversaux

- Psychothérapies d'inspiration psychanalytique, psychothérapie institutionnelle, individuelle ou groupale: psychiatres, psychothérapeutes, psychologues formés en psycho-pathologie
- Thérapies médiatisées à visée projective: tous thérapeutes formés (psychologues, art-thérapeutes, ergothérapeutes, infirmiers)

Objectifs en ergo

- Favoriser une reconstruction identitaire (devenir soi-même, être singulier, subjectivité)
- Permettre une expression médiatisée (faire pour se connaître, s'exprimer de façon verbale et non verbale)
- Elaboration psychique grâce à une introspection concrète (objets miroirs réflexifs)

Pour permettre une psychothérapie médiatisée en ergothérapie



- **Cadre :** contenant (schizophrénie), confidentiel , métaphore de l'espace personnel, espace transitionnel
- **Modalités:** groupe (inconscient groupal, dynamique de groupe), individuel
- **Relation:** analysée, écoute, non directivité, notion de transfert et contre-transfert (Freud)
- **Outils thérapeutiques:** Médiations expressives, créatives, projectives à visée de psychothérapie (créer, peindre, coller, dessiner, écrire...), jeux d'expressions (sans compétition)
- **Indications:** Névroses, dépressions psychogène, TCA, addictions , dimension métaphorique difficilement accessible aux personnes psychotiques



« Couleurs et matières »



➤ **Modalités**

- Groupe bi ou tri-hebdomadaire, 1h30, 6 à 8 participants
- Prescription, engagement, régularité
- Mono-animation, non directivité, cadre confidentiel
- Contre-indications: patients psychotiques en état dissociatif aigu

➤ **Outils**

- Argile, peinture, collages, écriture
- Médiations projectives, créatives, médiums malléables

➤ **Déroulement d'une séance**

- Temps d'installation de la salle
- Chaque personne installe son espace de création personnel et retrouve ses créations précédentes
- Temps de création libre, non directif, méditatif ou avec consigne/induction la plus ouverte possible
- Temps de parole, avec ou sans objet, sur le sens de ce qui a pu se jouer ou se dire dans la matière, sur le lien avec l'histoire et le vécu de la personne

Atelier Pictural



➤ Modalités

- Groupe bi ou tri-hebdomadaire, 1h15, 6 participants maximum
- Prescription, engagement, régularité
- Co-animation ergo / inf, cadre confidentiel, productions en sécurité retrouvées chaque semaine
- Le thérapeute fait avec le groupe de patients

➤ Outils

- Peinture à l'huile, peinture acrylique, gouache, aquarelle
- Médiations projectives, créatives, médiums malléables
- Le thérapeute prend connaissance des techniques pour guider a minima la personne vers son projet expressif.
Exemple : on peut modifier la peinture à l'huile, on doit lâcher-prise avec l'aquarelle.

➤ Déroulement d'une séance

- Temps d'installation de la salle
- Chaque personne installe son espace de création personnel et retrouve ses créations précédentes
- Temps de création libre, aide possible du thérapeute, discussion ouverte
- Jamais nous ne touchons les productions ni ne faisons à la place : même si souvent demandé par les personnes.
- Utilisation de la relation médiatisée ++ : parler de l'objet c'est parler de la personne et de la relation qu'elle a avec elle-même. On ne fait que ce que l'on est.

Thérapie psychique, version cognitive



Contexte de TCC



Compréhension et changement au niveau des comportements

Intention globale

- Agir pour diminuer l'angoisse et les symptômes
- Compréhension des symptômes et de leurs répercussions

Thérapies ou outils transversaux

- Thérapie cognitivo-comportementale (psychiatres, neuro-psychologues)
- Thérapies brèves (troisième vague des TCC) : hypnose, thérapies orientées solution, EMDR, stratégiques... (tout type de thérapeute formé)
- Protocoles de type éducation thérapeutique (neuro-psycho, infirmiers, ergos..)
- Remédiation cognitive ((neuro-psycho, infirmiers, ergos..)

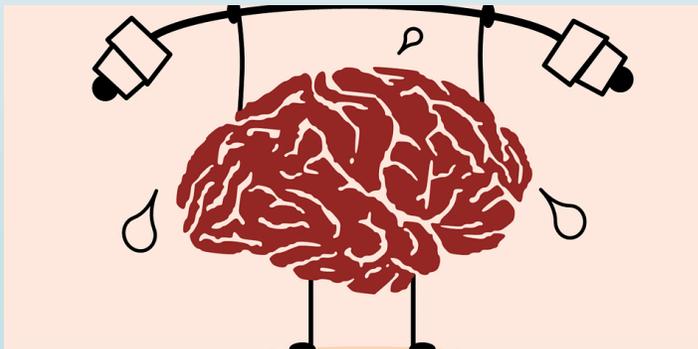
Objectifs en ergo

- Améliorer les fonctions cognitives et excécutives
- Modifier le comportement (normaliser, s'adapter)
- Augmenter le sentiment de valeur, compétences

Pour permettre un travail cognitif en ergothérapie



- **Cadre** : structurant, espace transitionnel
- **Modalités**: groupe , individuel
- **Relation**: animation directive, transmission d'informations, apprentissages, relation active
- **Outils thérapeutiques**: Bilans, activités artisanales, jeux cognitifs ou centrés émotions, psycho-éducation, remédiation cognitive
- **Indications**: patients souffrant de troubles bipolaires, addictions, schizophrénie (psycho éducation, ETP, éducation à la santé) et de schizophrénie (remédiation cognitive)



Atelier « Se mettre en jeu »



➤ **Modalités**

- Groupes hebdomadaires, durée 1h15
- Groupe fermé sur une session de trois mois
- Prescription , nombre de séances définies à l'avance
- Animation semi-dirigée
- Habileté sociale travaillée : communiquer

➤ **Outils**

- Tous jeux favorisant la communication : jeux collaboratifs, jeux nécessitant des échanges verbaux
- Echelle d'auto-évaluation de la communication proposée aux patients

➤ **Déroulement d'une séance**

- Temps de parole et d'échanges : négociation dans le groupe (choix entre deux jeux)
- Explications des règles, s'assurer de la bonne compréhension
- Groupe se met en jeu
- Temps de parole : Expression des ressentis de chacun

Atelier polyvalent



➤ Modalités

- Atelier ouvert 1 fois (CATTP) à 2 fois (Hospit) par semaine durant 1h30
- Salle ouverte ou fermée selon les lieux (Unité fermée, libre ou CATTP)
- Patients psychotiques en phase aiguë ou chronique
- Groupe ouvert (hospitalisation) , lentement ouvert ou fermé (CATTP)
- De 6 à 8 patients , mono-animation ou co-animation, prescription, contrat (CATTP)

➤ Outils

- Techniques artisanales (mono matière ou polyvalent)
- Apprentissage technique si nécessaire ou découverte personnelle
- Présence de modèles, livres, références

➤ Déroulement d'une séance

- Temps d'accueil et de parole, surtout en CATTP pour faire un sas entre dedans et dehors
- Déroulement de la séance, les ergothérapeutes veillent à la bonne organisation des matériaux, outils et assurent la transmission technique
- Temps de parole si nécessaire (CATTP) ou discussion durant l'atelier, sur les ressentis, les difficultés, le sentiment d'efficacité. Souvent centré sur l'objet, investi affectivement ou pas

Atelier « émotions »



➤ **Modalités**

- Groupes hebdomadaires, durée 2h
- Groupe fermé pour une évolution possible
- Prescription , nombre de séances définies à l'avance
- Animation de type ETP (savoir des patients et personnes ressources)

➤ **Outils**

- Travail en méta-plan
- Outils ludiques : cartes, fiches existantes ou co-crées avec les patients
- Temps de parole centré sur les symptômes, leurs répercussion dans la vie quotidienne et relationnelle

➤ **Déroulement d'une séance**

- Temps de parole et d'échanges autour d'une thématique à partir des savoirs des patients
- Identification des émotions, vécu et sens personnel, stratégies de « gestion »
- Organisation cognitive dans un méta-plan et/ou utilisation d'un jeu
- Temps de parole : Expression des ressentis de chacun et partage des stratégies/solutions potentiellement efficaces

Hygiène de vie



Hygiène de vie



Motivation dans les soins personnels

Intention globale

- Agir pour aider la personne à améliorer elle-même la qualité de sa vie quotidienne
- Soutenir autonomie psychique et auto-détermination

Thérapies ou outils transversaux

- Accompagnement infirmiers AVQ
- Travail sur aides à domicile, retour à domicile ou au travail par les travailleurs sociaux
- Accompagnements éducatifs

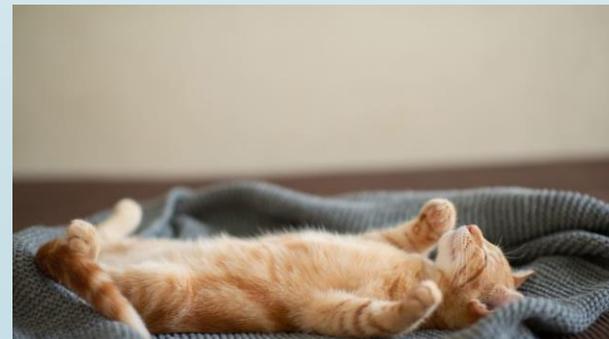
Objectifs en ergo

- Aider la personne à améliorer la qualité de vie dans tous les domaines de l'occupation
- Soutenir l'auto-détermination personnelle et l'autonomie psychique
- Soutenir le faire de prendre soin de soi (hygiène personnelle, soins personnels, le care, loisirs, répondre à ses besoins)

Pour permettre un travail sur l'hygiène de vie en ergothérapie



- **Cadre** : structurant, espace transitionnel, milieux écologiques
- **Modalités**: groupe , individuel
- **Relation**: animation directive et semi directive, empathie, accompagnement, soutien
- **Outils thérapeutiques**: bilans, activités de vie quotidienne, activités de loisirs, productives, de plaisir, significantes pour la personne, de soins personnels (relaxation, activité physique...)
- **Indications**: tout patient présentant des difficultés d'autonomie dans sa vie quotidienne, quand l'amendement des symptômes cliniques ne suffit pas à résoudre les situations de handicap dans la vie quotidienne



Thérapies individuelles



➤ Modalités

- Groupe Séance individuelle, durée 45 mn à 1h
- Prescription médicale et engagement
- Cadre thérapeutique confidentiel et contenant
- Patients psychotiques dissociés, ne supportant pas d'être en groupe

➤ Outils

- Eladeb, MCREO, qualité de vie
- Activités de vie quotidienne

➤ Déroulement d'une séance

- Accueil
- Ecoute des besoins et demande de la personne
- Mises en situation en atelier ou en milieu écologique: planning, courses, budget, organisation..
- Temps de parole

Groupe « autonomie et projets »



➤ Modalités

- Groupe fermé hebdomadaire centré sur l'autonomie personnelle et les habiletés sociales, durée 1 heure pour 6 participants
- Prescription médicale et engagement
- Mixité des patients : Personnes psychotiques chroniques pour qui un projet de réinsertion est en cours ou patients en HDJ

➤ Outils

- Bilan Eladeb ou bilans d'autonomie (si nécessaire)
- Jeux d'expression autour des AVQ (jeu de la maison, autonomia, jeu des loisirs, jeu du sandwich, jeu sur les droits des patients, sur le budget...) ou sur émotions/ressources/compétences
- Sorties en milieu écologique (pensées, préparées, gérées le plus possible par les patients eux-mêmes)
- Travail d'accompagnement entre les séances si nécessaire

➤ Déroulement d'une séance

- Débriefing de la semaine (maintien de l'attention sur la notion de projet)
- Jeux, discussion ou préparation de sortie (choix des patients +++)
- Réflexion sur l'entre-séance, les besoins de chacun, la séance future

Dimension groupale, sociale



Intégration sociale



Habilités psycho-sociales

Intention globale

- Agir pour favoriser une intégration et une inclusion sociale

Thérapies ou outils transversaux

- Sociothérapies
- Sorties et intégration dans la cité
- Jeux de discussion (type dixiludo)

Objectifs en ergo

- Permettre une intégration sociale dans tous les domaines de l'occupation humaine
- Coopération, être en groupe et faire ensemble
- Développer les habiletés sociales

Pour permettre un travail sur l'intégration sociale en ergothérapie



- **Cadre** : cadres de soins, milieux sociaux et écologiques, dans des environnements adaptés ou non
- **Modalités**: groupale. Pour le thérapeute, savoir soutenir les interactions sociales, savoir animer un groupe et soutenir une dynamique de groupe positive, valeurs de coopération et de co-création, processus de communication
- **Relation**: groupale (identifications, confusion, coopération...)
- **Outils thérapeutiques**: toute activité groupale (jeux, création, artisanat, activités de vie quotidienne)
- **Indications**: patients en difficulté d'intégration sociale, isolés par leurs pathologies



Jeux thérapeutiques



➤ Modalités

- Groupe hebdomadaire d'une heure
- Mixité des patients (toutes pathologies)
- Mono-animation, participation, prescription ou auto-prescription

➤ Outils

- Jeux d'expression et de connaissance de soi, de discussion (dixiludo), d'association d'idées(dixit), de création collective (squiggles)
- Jeux de coopération (métaphore d'une inclusion sociale positive) ou de compétition (expérience d'une réussite possible)

➤ Déroulement d'une séance

- Choix proposé au groupe entre trois jeux explicités au niveau de leurs possibilités
- Déroulement du jeu avec participation de l'ergothérapeute
- Temps de parole durant le jeu, cadre confidentiel

Groupe Mur des adaptations



➤ Modalités

- Groupe fermé hebdomadaire utilisant l'écriture
- Prescription médicale et engagement
- Ce groupe est tourné vers l'extérieur : au final les textes seront lus par d'autres personnes ++

➤ Outils

- 5 séances d'écriture pour répondre à la question de l'artiste Mme Bridet
- « Dans les moments difficiles, je... »
- 2 séances de tri, relecture, choix des textes qui seront proposés à l'artiste
- 1 séance de visite de l'exposition à Comercy
- 1 séance de visite de l'exposition avec la contribution des textes du groupe

➤ Déroulement d'une séance

- Accueil : Temps de parole de début de séance
- Ecriture sur le thème
- Lecture dans le groupe
- Les textes seront donc socialisés et la question du socialement acceptable se pose alors : être compris par les autres, ponctuer, garder des choses pour soi ou non,...



Exemples de partenariats



❑ **Partenariats avec les associations présentes dans la localité**

Espoir 54

Groupes d'Entraide Mutuelle

Associations telles que « Bipolaire si tu savais... »

❑ **Semaines de la Santé Mentale**

- ❑ S'investir dans le thème annuel par des actions de sensibilisation
- ❑ Santé mentale et environnement en 2022
- ❑ Santé mentale et discriminations (2020) => collaboration avec Médiathèque manufacture / Heure du conte
- ❑ Santé mentale à l'ère du numérique (2019) => exposition avec deux artistes « Beat It! » : Slam / écriture / Ssquigle
- ❑ Santé mentale : parentalité et enfance (2018)

Santé mentale et grand public



□ Outils « grand public »

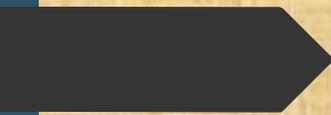
- Applications téléphone
 - EMOTEO : météo émotionnelle
 - STOPBLUES : gérer le blues
 - Petit Bambou : méditer en pleine conscience



□ De la littérature

- Manuel du bipolaire
- Témoignages





Conclusion sixième partie

Vous construirez donc vos ateliers, en fonction des contextes de soins dans le milieu ou vous travaillerez, afin que les personnes que vous accompagnerez puissent aller vers le changement, l'autonomie psychique, rétablissement