

Construction d'un dispositif thérapeutique

Types d'ateliers

Maxime Lavandier
Muriel Launois
Cassandre FAYS

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-qualité 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..)

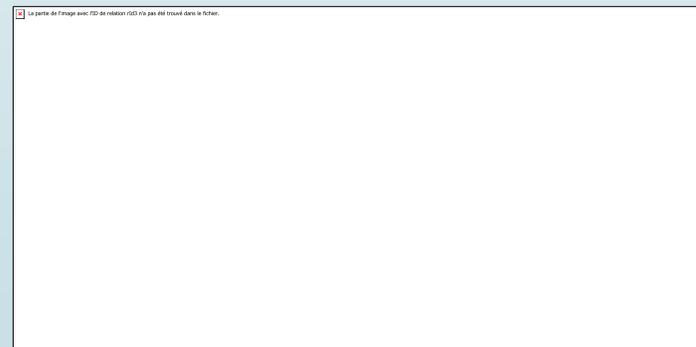
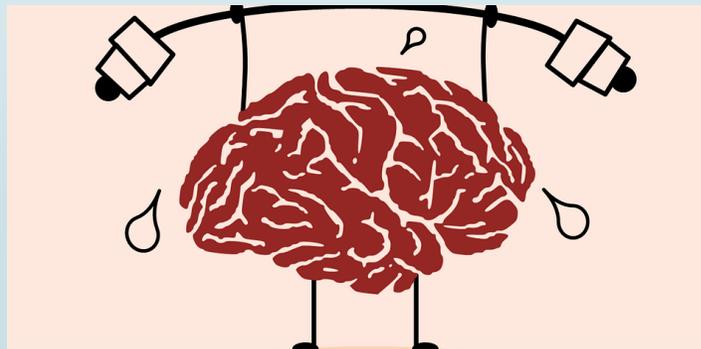
Objectifs en ergo

- 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 (co-animation neuro-psy)
- **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 ➤ Travail d'accompagnement entre les séances si nécessaire
- 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-qualité de vie



Hygiène-qualité 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

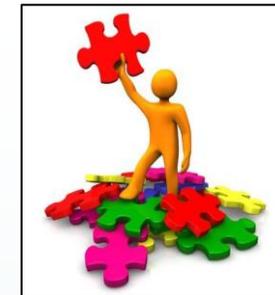
Thérapies ou outils transversaux

- 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 fait de prendre soin de soi (hygiène personnelle, soins personnels, le care, loisirs, répondre à ses besoins)

Pour permettre un travail sur l'hygiène-qualité 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, groupes de paroles et d'échanges de stratégie (centrés sur les activités de vie quotidienne, activités de loisirs, productives, de plaisir, significantes pour la personne) , découverte d'outils de soins personnels (relaxation, activité physique...), jeux centrés sur ressources, besoins, motivation
- **Indications:** tout patient présentant des difficultés d'engagement et de motivation autour de l'autonomie dans sa vie quotidienne, quand l'amendement des symptômes cliniques ne suffit pas à résoudre les situations de handicap dans la vie quotidienne



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

Etablissement du projet personnalisé



- **Cadre écologique à domicile**

- **Modalités**

- Evaluer et cerner les besoins, les attentes, les projets et les objectifs de l'utilisateur.
- 1 ergo (référence de l'autonomie en VQ), 1 IDE pour l'aspect médical et la référence
- 1 entretien médical suivi de l'évaluation et d'une synthèse

- **Outils**

- Bilan ELADEB ou MAHVIE, Bilans annexes si besoin
- Bilan N-Psy

- **Déroulement d'une séance**

- Entretien de 2heures environ.
- Explication du dispositif de Rehab
- Evaluation
- Synthèse en compagnie de l'utilisateur (possibilité d'amener une personne de son entourage)

Atelier « QI GONG »



➤ Modalités

- Groupes mensuels de 2h le lundi matin (pour redéfinir la temporalité de la semaine)
- Groupe ouvert à toutes personnes de la rehab
- Prescription, défini en synthèse (contrat moral) la personne peut donc venir à l'ensemble des séances durant son suivi (2 ans max)
- Animation par un IDE diplômé en QI GONG

➤ Outils

- Séance surtout en extérieur dès que le temps le permet (plages, forêts, parcs ...) ou dans une salle de sport (hiver)

➤ Déroulement d'une séance

- Echauffement
- Mouvement de QI GONG visant à redéfinir ses limites corporelles
- Travail de l'aspect sensoriel (ouïe, odorat, proprioception ...) : mouvement énergétiques et figés.
- Apprendre à respirer et se détendre lors d'un temps de relaxation

Groupe Santé



- **Cadre: En dehors de l'hôpital**

- **Modalités**

- Groupe fermé hebdomadaire (les lundis matins pendant 6 mois).
- 4 personnes max pour faciliter les déplacements et optimiser l'utilisation de la cuisine
- Objectif : Rendre le patient autonome et acteur de sa propre santé en passant par des conseils nutritionnels (2 séances), des mises en situation (3x/mois) et de l'activité sportive adapté (1x/mois).
- Pour des jeunes patients concernés par la psychose.

- **Outils**

- Bilan Eladeb ou MAHVIE + bilans annexes si nécessaire (praxique, neuropsychy)
- Une cuisine avec minimum 2 plaques de cuisines (il faut que l'utilisateur puisse concevoir le repas de A à Z)
- Matériel sportif (vélo...)

- **Déroulement d'une séance**

- Préparation du menu (avec budget restreint) pour travailler sur la gestion d'un budget serré (inflation/ AAH)
- Réalisation des courses
- Préparation du repas, chaque personne prépare son repas.
- Moment convivial et débriefing.

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 convivialité



➤ Modalités

- Groupe ouvert, hebdomadaire d'1h30 -2 h
- Objectif : réaliser des journées de convivialité (1 par trimestre)
- Favoriser l'échange et les habilités sociales et la cohésion de groupe pour des personnes souvent isolées

➤ Outils

- Peu de moyens (tableau blanc, salle ...)
- Dans la cité

➤ Déroulement d'une séance

- Brainstorming pour l'établissement du lieu de sortie + activités
- Mise en situation appel pour les réservations
- Le jour J. Les usagers participent à l'organisation de l'activité, sont acteurs de la sortie.
- Stimulation à faire du covoiturage (création de lien)

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**

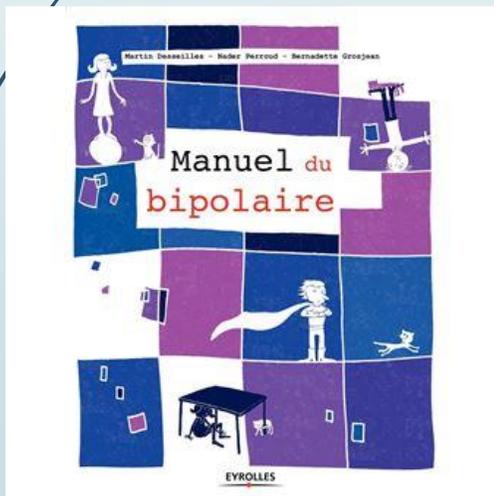
- ❑ S'investir dans le thème annuel par des actions de sensibilisation
- ❑ Santé mentale et environnement en 2022
- ❑ Santé mentale et discriminations (2020) => collaboration avec Médiathèque manufacture / Heure du conte
- ❑ Santé mentale à l'ère du numérique (2019) => exposition avec deux artistes « 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

