

Ergothérapeute et santé mentale



ASSOCIATION
NATIONALE
FRANÇAISE DES
ERGOTHÉRAPEUTES

**Document réalisé par
l'association Raptor Neuropsychy
et l'Association Nationale
Française des Ergothérapeutes**

Mathieu CERBAI
Neuropsychologue

Marie-Pierre ROCH
Ergothérapeute



**Groupe de Réflexion sur
l'Ergothérapie en Santé
Mentale (GRESM)**

- Mai 2023 -

Sommaire

Introduction et définition

Le métier d'ergothérapeute

**Ergothérapeute et
santé mentale ?!**



Les outils d'évaluation

**Que propose
l'ergothérapeute ?**



La situation de Romain



Introduction et définition



Romain ne peut plus aller à la piscine. Pourtant, il avait l'habitude d'apprécier cette activité.



Un ergothérapeute s'intéresse aux **répercussions** d'un **changement de vie (e.g. maladie, handicap)** sur la **satisfaction personnelle** d'un individu dans la **réalisation d'une activité**.



Comment intervient-il ?



Définition

L'ergothérapeute est un "professionnel de santé qui fonde sa pratique sur le lien entre l'activité humaine et la santé".

Code de la Santé Publique

Il exerce **sous prescription médicale** dans les domaines du sanitaire, médico-social et social, en libéral...



Le métier d'ergothérapeute

L'approche personnalisée

L'ergothérapeute fonde sa pratique sur une approche personnalisée et centrée sur les **besoins** et les **attentes** de la personne.



L'évaluation

L'ergothérapeute évalue les **capacités**, les **déficits** et leurs **répercussions sur l'autonomie** de la personne dans les **activités qui font sens** pour elle. Il peut faire cela à travers la réalisation d'activités et de mises en situation écologiques (réalisation de l'**activité en situation réelle**).

Le plan d'intervention

L'ergothérapeute propose un plan d'intervention sous la forme d'**objectifs thérapeutiques**, en accord avec la personne. L'idée est ici de **remédier**, renforcer, **adapter**, réhabiliter, réinsérer... selon ses **projets de vie** !



La réévaluation

L'ergothérapeute va réévaluer l'**autonomie** de la personne après son intervention.

Ergothérapeute et santé mentale ?!



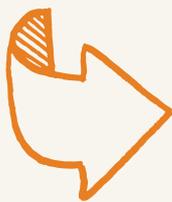
La santé mentale est une **composante** de la santé **aussi importante que la santé physique**.

« Il n'y a pas de santé sans santé mentale » (OMS)

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, la santé est un état de **complet bien-être physique, mental et social**, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.



Chaque personne est en permanence à la recherche d'un équilibre entre les ressources qu'elle peut mobiliser pour se sentir bien, et les obstacles qu'elle rencontre, tout au long de sa vie.



Peu importe son lieu d'exercice l'ergothérapeute ne va pas dissocier sa prise en charge physique de sa prise en charge psychique.

L'ergothérapeute peut agir sur les soins psychiques à différents temps : rééducation, réadaptation, réinsertion, réaménagement, éducation.

Il agira toujours de manière **holistique** c'est-à-dire en prenant compte de la personne dans sa **globalité**.



Mais si j'ai bien compris,
lorsqu'on parle de santé mentale,
l'ergothérapeute n'intervient
donc pas qu'en psychiatrie?



Eh non, il intervient auprès de toutes personnes vivant un déséquilibre occupationnel.

Il intervient donc auprès d'un public très large (enfants, adultes, personne âgées) dont la santé mentale est fragilisée (à cause de maladies, d'accidents ou de leur environnement).

Ils interviennent dans le processus d'adaptation, de réadaptation et d'intégration sociale des personnes.



Dans leur approche ils prennent toujours en compte **l'équilibre de la santé mentale.**



Les outils d'évaluation

L'ergothérapeute identifie **les situations problématiques** et essaie de comprendre comment cela **impacte la réalisation** de l'activité. Pour cela, il utilise différents **outils**.

Auto-évaluation

Dans le cas de l'auto-évaluation, la personne concernée **exprime ses difficultés et ses besoins d'aide**. Pour cela, l'ergothérapeute utilise des questionnaires, des échelles ou encore des entretiens.



Evaluation par l'ergothérapeute

L'ergothérapeute observe les capacités à travers diverses **médiations** (en utilisant des activités artistiques, artisanales, corporelles, ludiques, etc.) et des **mises en situations écologiques** (e.g. faire de la cuisine, faire ses courses, nettoyer son linge, réaliser ses activités de loisirs).

Pendant l'activité... on observe !

Alors que la personne réalise l'activité, l'ergothérapeute va observer différents aspects.

- 1** **La conscience de soi** (expression de la souffrance psychique, accès aux émotions, aux pensées, investissement dans l'activité...)



- 2** **Les capacités cognitives** (organisation, attention, mémorisation, repérage spatial et temporel...)



- 3** **L'attitude** de la personne et son état émotionnel (calme, agitée, angoissée, apaisée, motivée...)



- 4** **Les habiletés motrices** (manipulation des objets, déplacements...)



- 5** **Les habiletés sociales** comme la coopération, la socialisation...



Que propose l'ergo ?

Après avoir observé ces éléments, que peut proposer l'ergothérapeute ?



Différents leviers d'action

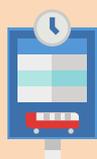
- Permettre aux personnes de **s'exprimer à travers des activités qui ont du sens pour elles** et d'extérioriser leurs souffrances internes
- **Favoriser les interactions sociales** à travers des activités en groupe
- **Favoriser l'engagement occupationnel** et aider à trouver un sens dans les activités pour atteindre un bien-être et une satisfaction personnelle
- **Favoriser l'autonomie** à travers des techniques de gestion du quotidien et d'éducation thérapeutique (e.g. gérer son argent, équilibrer ses occupations, intégrer un appartement, travailler, rejoindre une association...)
- **Proposer des stratégies** pour organiser ses journées (e.g. agenda, planning, téléphone...)
- Accompagner et préparer **vers la réinsertion** en milieu ordinaire et professionnel
- Préconiser et prescrire des **aides techniques** et des **aménagements** de l'environnement
- Proposer des **interventions à domicile**

L'intervention de l'ergothérapeute !

L'ergothérapeute va aider Romain à être **autonome** pour prendre le bus.



Il va accompagner Romain dans l'**expression de ses difficultés** (e.g si c'est de l'angoisse), dans la **gestion de ses émotions** et sur son vécu de toutes les étapes du déplacement.



Il peut aussi l'aider à savoir comment obtenir les horaires de bus et va s'assurer qu'il comprenne bien les informations écrites.



Il peut **adapter** le support si besoin (e.g. sélectionner les informations importantes, faire des repères).



L'ergothérapeute va également lui donner des **stratégies** pour mieux se repérer dans la ville (e.g. utiliser un plan ou un GPS, utiliser des repères environnementaux).



La situation de Romain



Dans le cas de Romain, l'ergothérapeute va d'abord s'intéresser à ses habitudes de vie, telles que ses occupations, ses centres d'intérêt, ses motivations et ses rôles sociaux.



Ici, c'est la piscine qui a une place importante pour lui !



Pourquoi cette démarche ?

L'ergothérapeute s'intéresse à ces domaines car cela lui permet d'identifier les **occupations** de Romain, c'est-à-dire les **activités** qui font **sens** pour lui.

Auto-évaluation des difficultés occupationnelles :

"Depuis que j'ai déménagé, je dois me rendre à la piscine en bus. Je n'arrive pas à prendre le bus tout seul."

Identifier des difficultés psychiques:

"Je me rends compte que ça m'angoisse de prendre le bus. Je ne me sens pas sécurisé et le monde me fait peur."

Mise en situation écologique :

"Je ne sais pas trouver les horaires de bus et me repérer dans mon nouveau quartier c'est trop compliqué."



Bibliographie

Arrêté du 5 juillet 2010 relatif au diplôme d'État d'ergothérapeute, BO Santé-Protection sociale-Solidarité n° 2010/7 du 15 août 2010.

<https://www.legifrance.gouv.fr/eli/arrete/2010/7/5/SASH1017858A/jo/texte>

Audoit. C, Delourme. G, Folliet. O, Gosme. M, Gouineau. D, Katsaros. I, Leclerc de Sablon. C, Le Gall. M, De Lepine. C, Moisan. L, Poullain C, Riou G, (2016). Ergothérapie en santé mentale : enjeux et perspectives (livre blanc), ANFE

.....

.....

.....

.....

.....



Pour aller plus loin...

Le **G**roupe de **R**éflexion sur l'**E**rgothérapie en **S**anté **M**entale est un groupe d'intérêt de l'Association Nationale Française des Ergothérapeutes (ANFE).

Le GRESM a pour mission de soutenir les ergothérapeutes en santé mentale sur le terrain, de faire évoluer la pratique et de promouvoir l'ergothérapie sur le plan national et international.



ASSOCIATION
NATIONALE
FRANÇAISE DES
ERGOTHÉRAPEUTES

**Document réalisé par
l'association Raptor Neuropsychy
et l'Association Nationale
Française des Ergothérapeutes**

Mathieu CERBAI
Neuropsychologue

Marie-Pierre ROCH
Ergothérapeute



**Groupe de Réflexion sur
l'Ergothérapie en Santé
Mentale (GRESM)**

- Mai 2023 -