Le développement de l'autonomie à l'aide de l'ergothérapie en psychiatrie

L'ergothérapie est une thérapie qui s'adresse à des personnes ayant un handicap ou une maladie physique ou psychique, et qui utilise différentes sortes d'activités ayant pour but la réintégration professionnelle, sociale et familiale de la personne.

Les activités que nous faisons dans notre centre de jour sont divisées en plusieurs groupes:

- a) les activités d'expression comme p.ex. le dessin, le modelage, la musique, la photographie
- b) les activités de la vie de tous les jours, c.à.d. apprendre ou réapprendre à faire des courses, à prendre le bus ou le train, à faire la cuisine ...
- c) les sorties vers l'extérieur: c.à.d. cinéma, visite d'une exposition, promenade ...
- d) les activités sportives comme la gymnastique, la natation
- e) les activités artisanales c.à.d. le tissage, le macramée, la peinture sur soie, batik ...
- f) des activités pour la préparation de fêtes (p.ex. de Noël, de carnaval, d'anniversaire ...)
- g) les activités de jardin
- h) les activités qui aident à organiser les week-ends et soirs du soir (p.ex. chercher des articles dans le journal concernant les expos., des concerts ...)

Ces activités nous permettent de construire une relation avec le patient, en l'observant durant l'activité nous le connaissons mieux et nous pouvons trouver les points forts et les points faibles. Puis, nous remplissons l'échelle d'évaluation que nous avons développé récemment et qui contient différents items qui nous semblent importants à développer à l'aide d'activités bien choisies en vue d'une réintégration professionnelle, sociale et familiale, c. à d. pour acquérir l'autonomie la plus

grande possible pour le patient. Ces items de l'échelle d'évaluation sont les suivants:

- 1) les items qui concernent surtout l'activité en elle-même: l'endurance, la concentration, la prise de décision, l'indépendance dans l'activité, la créativité, l'initiative, l'ordre et la propreté, la précision, la motivation, la destinée de l'objet.
- 2) en ce qui concerne les relations avec les autres: la communication verbale, l'écoute des autres, le respect vis-à-vis des patients, l'affirmation de soi, l'expression des sentiments, etc.

Maintenant, nous allons analyser plus en détail certains de ces items sous les deux aspects suivants:

- a) Quel problème le patient peut-il avoir?
- b) Par quelles interventions pouvons-nous aider le patient à développer d'avantage ces items?

I

Le premier point que nous voulons analyser est l'endurance, qui je dirai, est une des plus grandes difficultés des personnes ayant des problèmes psychiatriques, mais qui est une des premières conditions aussi pour trouver et garder un poste de travail à l'extérieur. Le patient, lorsqu'il vient chez nous, n'est plus de tout habitué à être actif, ou bien il a tendance à commencer plusieurs choses en même temps sans les terminer.

En ergothérapie, nous essayons d'augmenter le temps de l'endurance au fur et à mesure, en choisissant ensemble avec le malade d'abord des activités simples motivantes et ayant un résultat valorisant pour lui. Ces activités deviennent de plus en plus longues.

Ce qui est important également, c'est de motiver, d'encourager et de stimuler le malade pendant les activités.

II

Le deuxième point qui nous semble être important, est celui des pauses, des arrêts pendant une activité. Il est important de les réduire, ce qui peut poser un grand problème pour le patient, puisqu'il a tendance de s'arrêter souvent, de sortir du groupe pour fumer des cigarettes ou boire du café.