

CENTRE REFERENT de réhabilitation psychosociale et de remédiation cognitive



LIVRET DES USAGERS - 2019

@Laurence Lamy (-_-[o°]-)-



Avant-propos

“

Usagers du service, nous avons souhaité réécrire le livret, précédemment proposé par les professionnels, avec nos mots pour le rendre plus accessible et compréhensible par tous (usagers, familles, professionnels).

Pour ce faire, nous nous sommes réunis en comité et avons défini chacun des dispositifs de soins proposés par le service.

Nous espérons que ce nouveau livret permettra à chaque personne accueillie d'avoir un meilleur aperçu des outils à disposition et du parcours de soin dans lequel elle peut s'engager.

”

Nous vous en souhaitons une bonne lecture !

Pour le comité des usagers du centre référent de Lyon :

Usagers : All-rick, Annick, Anthony, Elodie, Emilie, Emmanuel, Florian, Frédéric, Géraldine, Jennifer, Laurent, Mickaël, Raphaël, Richard, Salim

Professionnels : Jérémy Durand, Céline Fossati, Virginie Goyet, Camille Niard, Marianne Reynaud, Floriane Todoroff

Toutes les photos de ce livret ont été prises par le collectif des Flous Furieux, lors des ateliers photos. Merci à Grégory, Sarah, Adrien V, Adrien L, Marianne, Raphael, Corentin, Francisco, Dominique Mouton, Aurélie Pelade, Marianne Reynaud, Céline Fossati et Cécile Souterene.

Le rétablissement

"

Le rétablissement désigne un processus par étapes qui vise à recouvrer un niveau de bien être pour retrouver sa capacité de décider et sa liberté d'agir.

Apprendre à mieux se connaître, reconnaître ses troubles et les accepter sont les clés du rétablissement.

Ce processus permet à la personne de contribuer à restaurer un équilibre de vie afin de trouver sa place dans la société en construisant un projet qui lui soit adapté.

Retrouver un sens à sa vie, c'est aussi mettre en place des activités de loisir, de plaisir ou de travail qui auront pour objectif l'épanouissement de chacun.

C'est aussi la possibilité de se dégager du statut de malade psychique et de se reconsiderer comme une personne parmi tant d'autres.

Les soins proposés ont pour but de vous aider à sortir de l'isolement et de la solitude pour recréer du partage, des échanges et la capacité d'aller vers l'autre.

Se rétablir c'est l'espoir d'un avenir meilleur !

"

Remédiation cognitive p 24

**Renforcer les fonctions
cognitives par des exercices**

Evaluation clinique p 16

**Mise en évidence des ressources
et des limitations**

Insertion dans
la cité p 60

**Construire un projet
personnalisé pour
s'intégrer dans la
société**

Ateliers thérapeutiques P52
Faire l'expérience de mises en
situation de travail

Pair aidance p 50

**Echanger avec un professionnel,
ancien usager de la psychiatrie**

Entraînement des
compétences sociales p 32
**Savoir gérer les interactions
sociales**

Education
thérapeutique p 36

**Acquérir une meilleure
compréhension de la maladie**

Accompagnement
psychologique et psycho-
corporel p 40
**Réfléchir sur soi au sein d'un
espace de parole et d'écoute /
s'ancrer dans l'instant présent
pour mieux gérer son stress et
ses émotions**

Accompagnement
des familles p 48

**Améliorer le quotidien et les
échanges au sein de la cellule
familiale**

**Une prise en
charge orientée
rétablissement**

Sommaire

Présentation du service	8
Evaluation	16
Bilan neuropsychologique et de cognition sociale	18
Bilan de vie quotidienne	19
Evaluation et intervention ergothérapique	19
Vie quotidienne : Evaluation par des mises en situation	20
Construction de Trajectoire de Orientation Professionnelle (CTOP)	21
Evaluation technique	22
Remédiation cognitive	24
Neurocognition : mémoire, concentration, organisation	26
CRT (Cognitive Remediation Therapy)	26
RECOs (Remédiation Cognitive dans la schizophrénie)	26
Cognitus et Moi	27
Troubles métacognitifs et de la cognition sociale : conscience des troubles et relations sociales	27
MCT	27
IPT	28
SCIT	28
SCIT adapté	29
RC2S	29
TomRemed	30
Gaïa	31
Entraînement des compétences sociales	32
Groupe d'affirmation de soi	34
Groupe ouverture sociale	35
Psychoéducation / éducation thérapeutique	36
Atelier psychose et symptômes	38
Atelier psychose et médicaments	38
Atelier trouble bipolaire et apparentés	38
Groupe TCCp	38
Atelier rétablissement	39
Groupe désir d'enfant et parentalité	39

Accompagnement psychologique et psycho-corporel	40
Evaluation clinique dans le cadre du bilan d'entrée	42
Entretiens ponctuels et/ou au long cours	43
Prise en charge groupale de Photolangage autour des représentations du travail	44
Groupe de pleine conscience	45
Groupe Approches Corporelles	46
Accompagnement des familles	48
Prises en charge groupales	49
Prises en charge individuelles	49
Interventions trimestrielles	49
Pair aidance	50
Ateliers thérapeutiques	52
Atelier rénovation	54
Atelier Indus A	55
Atelier Indus B	56
Atelier EVVAP	57
Atelier horticulture	59
Insertion dans la cité	60
Insertion professionnelle	63
Insertion sociale	63
Groupes ponctuels	63
Culture pour tous	64
Bibliothèque	64
Temps d'informations collectives	65
Comité des usagers	65
Enseignement, formation, recherche	66
Références	67

Présentation du service

Le centre référent de Lyon, labellisé par l'ARS Auvergne-Rhône-Alpes est un service de soin, d'enseignement et de recherche qui dépend du CH le Vinatier (Pôle Centre). Son médecin responsable est le Professeur Nicolas Franck.

Finalité

Le centre référent a pour vocation de promouvoir la réinsertion sociale et professionnelle des personnes souffrant de troubles psychiques sévères. Impliqué dans l'évaluation et le soin des personnes souffrant de troubles psychiques chroniques, il agit également dans la recherche thérapeutique (développement de nouveaux outils d'évaluation et de soins) et l'enseignement (enseignement de la psychiatrie et en particulier de la réhabilitation psychosociale). Il met les outils de la réhabilitation psychosociale à disposition de la population du centre de la région Rhône-Alpes (Ain, ouest de l'Isère et Rhône).

Principes

Les interventions proposées au centre référent viennent compléter celles qui sont dispensées par les secteurs de psychiatrie générale et par la psychiatrie libérale. Le centre référent intervient donc en appui, avec des personnes déjà suivies en psychiatrie. La perspective adoptée se veut positive et constructive. Elle s'oppose à une vision fataliste des troubles psychiques, incompatible avec le rétablissement. L'enjeu est de dégager avant tout les compétences préservées de la personne et de lui permettre d'en prendre conscience afin qu'elle puisse construire un projet de vie adapté. L'objectif principal est de favoriser la réussite de projets concrets (sociaux et/ou professionnels) des usagers, grâce à l'utilisation d'outils thérapeutiques spécifiques, et dans le contexte d'un accompagnement personnalisé.

Indications

Le service reçoit des patients présentant des troubles psychiques stabilisés ou des troubles du spectre autistique. Ils peuvent venir consulter directement ou être adressés par les services hospitaliers de psychiatrie, TS2A, la psychiatrie privée et le secteur médico-social.

Missions

- vous permettre de prendre conscience de vos ressources personnelles, de les utiliser au mieux et de les renforcer;
- vous accompagner dans la construction de votre projet de vie;
- vous proposer une prise en charge individualisée;
- s'engager à vos côtés dans un projet réaliste : lien social, remise au travail, projet de logement en respectant vos objectifs propres.

Prises en charge proposées

- avis spécialisés et évaluations
- interactions avec une médiatrice de santé-paire
- remédiation cognitive
- entraînement des compétences sociales
- éducation thérapeutique et psychoéducation
- soutien des aidants
- construction d'un projet professionnel et/ou social
- la préparation à une insertion professionnelle en milieu ordinaire ou protégé
- l'accompagnement vers la réalisation d'un projet
- Coordination de parcours

Partenariats

Le centre référent travaille en collaboration étroite avec le centre ressource de réhabilitation psychosociale et de remédiation cognitive, ainsi qu'avec les centres référents d'Auvergne-Rhône-Alpes et de Nouvelle Aquitaine. Il collabore avec les structures de réhabilitation de proximité de son territoire de santé implantées au CH Saint-Jean-de-Dieu, au CH de Saint-Cyr-au-Mont-d'Or et au CPA (Bourg en Bresse). Il travaille également en lien avec de nombreuses autres structures de réhabilitation dans le cadre du réseau de remédiation cognitive de l'AFRC.

Les professionnels du centre référent



PROFESSIONNELS DU CENTRE RÉFÉRENT

MÉDECIN RESPONSABLE

Pr N. Franck

PRACTICIEN HOSPITALIER

Dr B. Martin

ASSISTANTE DES HÔPITAUX

Dr. L. Plazat

CHEF DE CLINIQUE ASSISTANTE

Dr. S. Cervello

CADRE DE SANTÉ

K. Finsterle

SECRÉTARIAT

C. Bénair
D. Giboulet

I. Winkler

PSYCHOLOGUES CLINI CIENNES

V. Goyet
C. Rochet

G. Voisinet

PSYCHOLOGUES - NEUROPSYCHOLOGUES

E. Couraud-Issele R. Ferre
C. Duboc E. Peyroux
A. Dubrulle

ERGOTHÉRAPEUTE

M. Vanzetti

EVALUATION, REMEDIATION COGNITIVE ET ATELIERS TECHNIQUES

I. Drissi
M. Dupuis
B. Gaudelus
C. Gonzalez

Equipe infirmière
A-C. Josserand
A. Koubichkine
K. Morin

ATELIERS THERAPEUTIQUES

Educateurs techniques spécialisés
P. Buendia R. Froment
F. Boutin C. Hugon
G. Chartreau D. Mazoyer
J. Durand R. Mazuir
Y. Ferkoune L. Tripier-Champ

EVALUATION TECHNIQUE, PROFESSIONNELLE, COMPÉTENCES SOCIALES ET ACCOMPAGNEMENT DANS LA CITÉ

D. Fanget
C. Fossati
D. Mouton

Equipe socio-éducative
L. Ouarghi
A. Pelade
M. Pesenti
M. Pousthomis
M. Reynaud

RECHERCHE

Equipe de recherche

C. Duboc A. Koubichkine
A. Dubrulle B. Martin
N. Franck E. Peyroux
E. Gauthier C. Rochet
B. Gaudelus

ENTRETIEN DES LOCAUX

F. Mouhoudhoiri

TS2A

Prise en charge des troubles du
spectre autistique chez l'adulte

V. Barathon
E. Carrel
S. Cervello
B. Dufez
N. Franck
S. Lavallée



Centre
ressource

CENTRE RESSOURCE

Promotion de la réhabilitation
psychosociale

L. Bon E. Gauthier
S. Cervello N. Kerouani
M. Conil C. Niard
M. Dekerle J. Plasse
C. Duboc J. Poiroux
N. Franck F. Todoroff

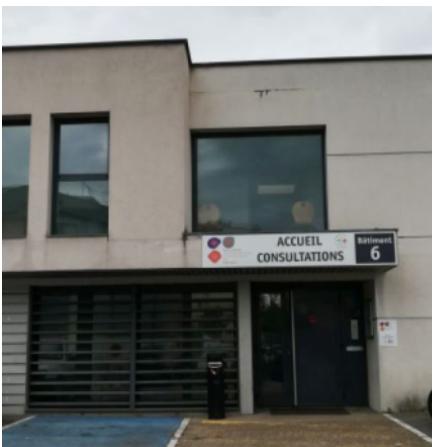
Modalités d'entrée et trajectoire de l'usager

Modalités d'entrée

Toute personne désirant un rendez-vous (usager, le cas échéant avec l'aide d'un professionnel de santé ou du secteur médico-social) peut en faire la demande au secrétariat (04 26 73 85 33), ouvert de 9h à 12 et de 13h30 à 17h, du lundi au vendredi. Il pourra lui être demandé à cette occasion un courrier médical d'accompagnement.

La personne sera orientée dans les meilleurs délais vers l'un des psychiatres du service pour un premier entretien médical d'une durée d'environ une heure.

Tous les premiers entretiens se déroulent au 6, rue Jean Sarrazin
69008 Lyon



A l'issue de cet entretien, l'indication d'une évaluation et/ou d'une prise en charge spécifique au centre référent ou, le cas échéant, celle d'une réorientation est discutée lors d'une synthèse en partenariat avec l'équipe référente et/ou les proches de l'usager.

Lors de la restitution des résultats de l'évaluation, un Plan de Suivi Individualisé est proposé à l'usager (PSI). Celui-ci reprend sa situation actuelle dans différents domaines et la confronte avec la situation espérée (objectif), en prenant en compte les ressources et les freins. Elle précise les moyens proposés par le centre référent pour faciliter l'atteinte des objectifs (les différentes prises en charge), qui vont déterminer son parcours de soin au sein du centre.

Un accompagnement par un coordinateur de parcours (case manager, pouvant être un infirmier, un ergothérapeute ou un éducateur) pourra être proposé lorsque c'est nécessaire. Tout au long de leur parcours les usagers sont ainsi accompagnés par un même binôme (psychiatre de réhabilitation et coordinateur de parcours).

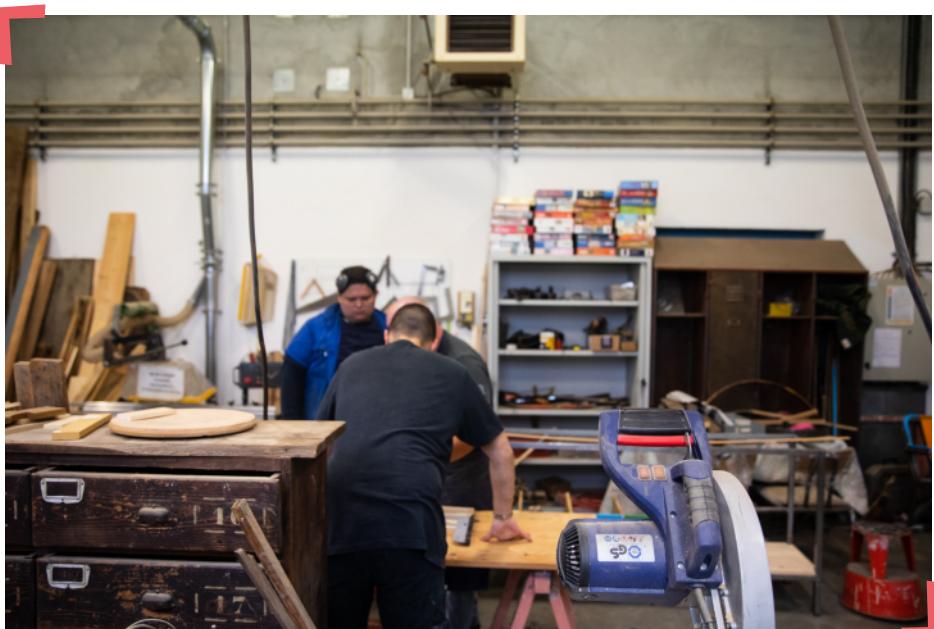
Groupe d'accueil

Chaque vendredi, de 15h30 à 17h, sauf jours fériés et période de fermeture, au 4 rue Jean Sarrazin, en salle de réunion (2ème étage)

Le groupe d'accueil est accessible à tout usager du service ayant déjà rencontré un psychiatre lors d'un entretien médical d'accueil.

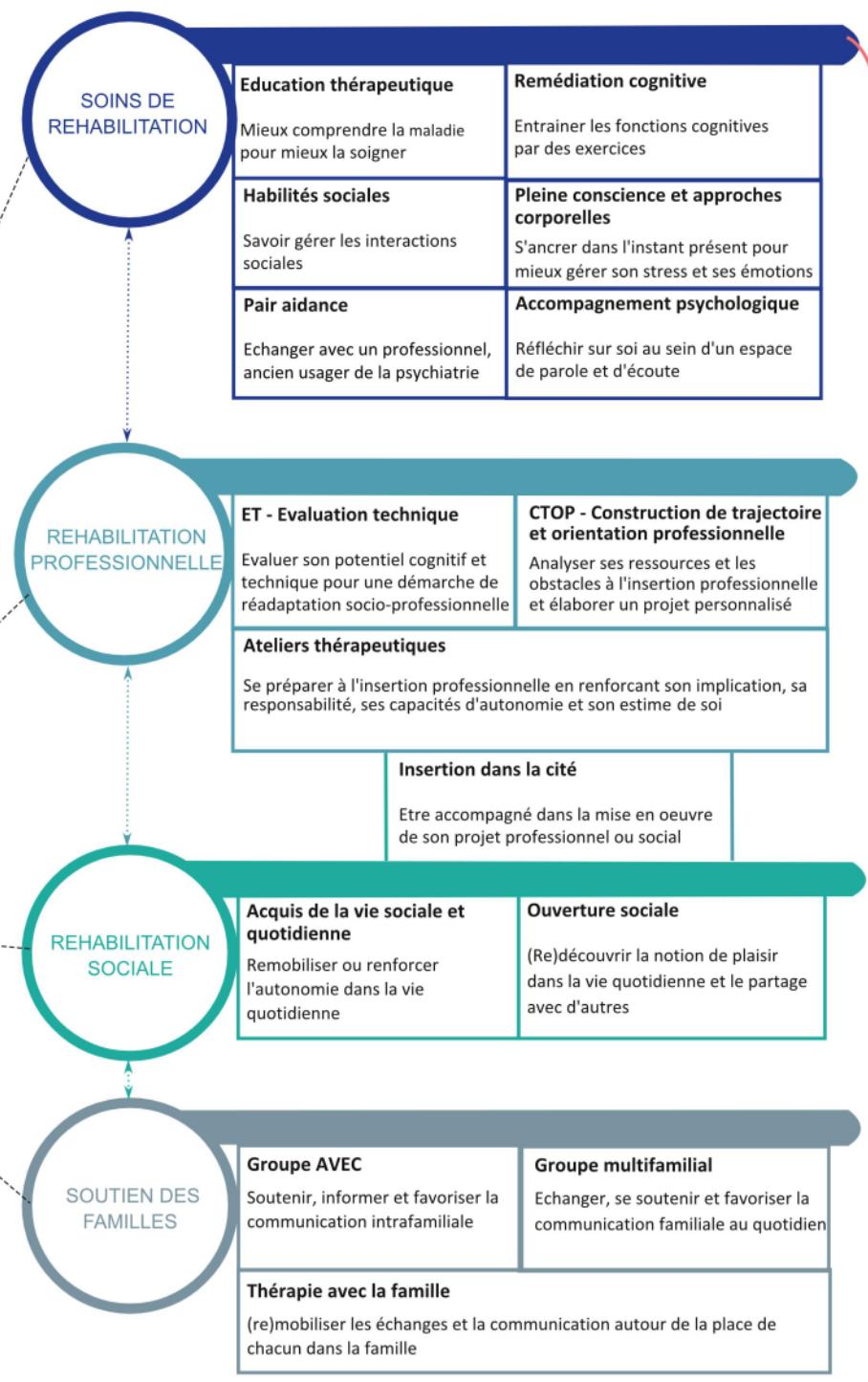
Il comprend 10 séances thématiques et vous pouvez commencer à participer au groupe à n'importe quel moment. Les thématiques par date sont disponibles sur le site internet du CL3R : <https://centre-ressource-rehabilitation.org/sur-cl3r-44> et vous seront transmises par le médecin qui vous recevra. Vous pouvez choisir de participer à l'ensemble des séances thématiques ou uniquement à celles qui vous intéressent.

Les objectifs de ce groupe sont de mieux comprendre l'intérêt d'une prise en charge en réhabilitation psychosociale et de connaître les outils possibles pour favoriser le rétablissement de chacun. Participer à ce groupe vous permettra de mieux définir vos objectifs et vos priorités. Ce sera aussi l'occasion de rencontrer différents professionnels du centre de réhabilitation, de poser vos questions et d'échanger avec d'autres participants. Ce groupe propose également de favoriser le soutien entre pairs et l'autodétermination de chacun.



TRAJECTOIRE DE L'USAGER AU SUR-CL3R,
CENTRE REFERENT DE REHABILITATION PSYCHOSOCIALE
ET DE REMEDIATION COGNITIVE DE LYON





Objectif :
vous
accompagner
dans votre
parcours de
rétablissement

Evaluation

” L'évaluation sert à faire le point sur les facultés préservées et altérées de chacun en lien avec la maladie pour construire un projet de soins individualisé et adapté.

A l'entrée, à l'issue de l'entretien avec le médecin du centre référent, une première évaluation individuelle sera proposée de façon systématique :

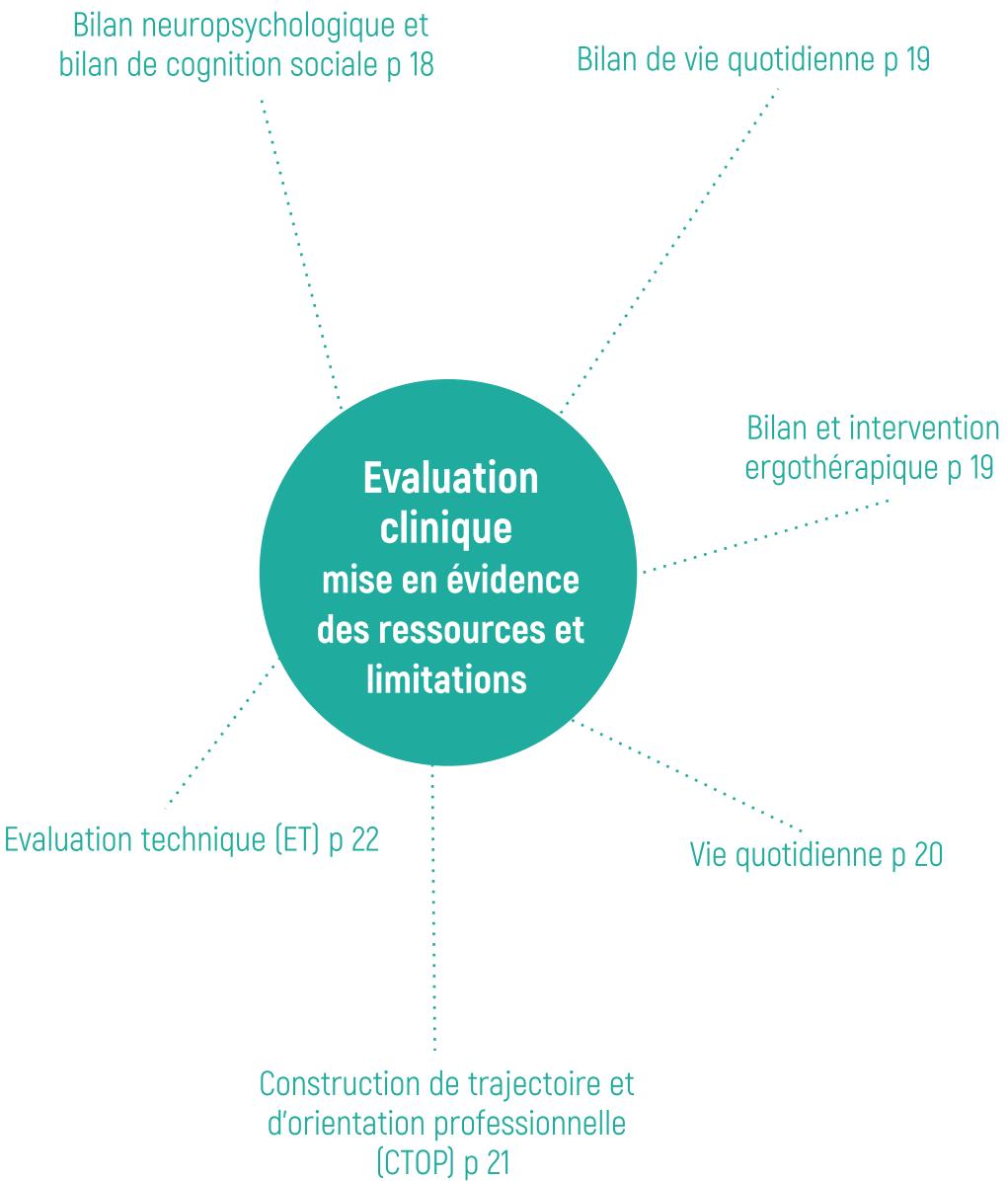
- un bilan neuropsychologique : évaluer la mémoire, l'attention, la concentration, l'organisation et la planification des tâches.
- un bilan de vie quotidienne : évaluer l'autonomie, le bien être, la capacité de s'occuper de soi, les relations et le lien avec les autres.

A ces deux bilans peuvent s'ajouter :

- Un bilan de cognition sociale : évaluer les causes des difficultés relationnelles.
- un bilan ergothérapique : évaluer de manière concrète l'autonomie au quotidien.
- un diagnostic professionnel : évaluer la demande du projet professionnel (intérêts, freins, ressources).
- une évaluation clinique : regard complémentaire d'une psychologue clinicienne sur le fonctionnement psychique de l'usager.

En fonction du projet, des besoins et du désir de chacun, ainsi qu'en fonction des bilans précédents, il peut être proposé de poursuivre l'évaluation de manière groupale autour de la gestion du quotidien (EAQ - évaluation des acquis du quotidien) ou du travail (CTOP - Centre Thérapeutique d'Orientation Professionnelle ou ET - Evaluation Technique).

”



Bilan neuropsychologique et bilan de cognition sociale

Objectifs :

Le bilan neuropsychologique contribue à dresser un profil des ressources et des limites de la personne.

Il permet de voir l'impact de la maladie psychique sur le fonctionnement :

- de l'attention/concentration, de la mémoire, des fonctions visuo-spatiales, des fonctions exécutives (raisonnement, planification, inhibition...) = **fonctions neurocognitives**
- ainsi que la compréhension des interactions sociales (les relations avec les autres), reconnaissance des émotions, compréhension des intentions de l'autre... = **cognition sociale**

Il permet de s'assurer que le projet de la personne (projet social, professionnel ou d'autonomie) est compatible avec son bagage "cognitif". De bonnes capacités de mémoire sont favorables à un projet de formation par exemple (car il faudra retenir et restituer beaucoup d'informations).

Il permet aussi, si besoin, de préparer un programme de "remédiation cognitive", c'est à dire de mettre en place des solutions pour diminuer les troubles et favoriser la réalisation des projets. Si j'ai du mal à me souvenir de mes cours, je peux apprendre comment développer mes compétences en mémoire à long terme et ainsi augmenter mes chances d'avoir mon examen.

Modalités :

Le bilan neuropsychologique est proposé systématiquement à l'entrée du service (environ 2h30). Si la personne se plaint de difficultés particulières (troubles de la relation à l'autre, difficultés de mémoire, de concentration ou d'organisation par exemple) le temps de ce bilan est doublé et se déroule donc sur deux RDV de 2h30.

Le bilan est proposé par un(e) neuropsychologue et se déroule en plusieurs étapes :

- un entretien (recueil des besoins et d'informations propres au fonctionnement intellectuel dans la vie quotidienne).
- Une évaluation, à l'aide d'échelles et de tests validés scientifiquement. Elle permet d'observer, de manière objective, le fonctionnement de la mémoire, de la concentration, du raisonnement...
- Une phase de restitution orale (qui peut être incluse dans le RDV de Synthèse avec le médecin) et la remise d'un compte-rendu écrit si besoin.

Bilan de vie quotidienne

Objectifs :

Le bilan de vie quotidienne permet de repérer et mesurer les compétences et les difficultés de la personne. Il permet de mettre en valeur les secteurs préservés dans le domaine de l'autonomie.

Modalités :

Le bilan de vie quotidienne est proposé systématiquement à l'entrée du service (environ 1h30). Il s'effectue par le biais d'un entretien et le recours à différentes échelles (échelle d'autonomie sociale, échelle de bien-être mental, échelle d'insight, échelle d'estime de soi et échelle de rétablissement).

Evaluation et intervention ergothérapique

Objectifs :

- o Evaluer l'autonomie en situation concrète
- o Evaluer les habiletés de vie quotidienne afin de mettre en évidence les capacités et les ressources préservées
- o Evaluer l'environnement social et physique
- o Accompagner dans la mise en place de stratégies de compensation

Modalités :

- o Entretiens individuels
- o Evaluations groupales ponctuelles (CTOP, EAQ)
- o Evaluations en situation professionnelle (Ateliers thérapeutiques)
- o Actions en lien avec le bilan de vie quotidienne et le bilan neuropsychologique

Indications :

- o Sur avis médical
- o Sur préconisation de l'équipe après restitution

Moyens :

- o Entretiens au centre référent
- o Visites à domicile
- o Mises en situation
- o Préconisation d'adaptation de l'environnement

Vie quotidienne

Evaluation

Objectif :

En lien avec le projet initial du participant, faire le point sur les besoins, les difficultés et les ressources de la personne à vivre son quotidien.

Référentes du groupe : Conseillère en Economie Sociale et Familiale, infirmière et éducatrice spécialisée

Intervenants ponctuel : Assistante sociale, psychologue, ergothérapeute

Modalités :

8 personnes

2 demi-journées par semaines pendant 6 semaines

Temps en groupe + entretiens individuels

Supports proposés :

Mises en situation, support papier-crayon, échange en groupe

Renforcement

Objectifs :

Acquérir, développer et renforcer des connaissances et compétences facilitant une meilleure autonomie dans le quotidien.

Référentes du groupe : Conseillère en Economie Sociale et Familiale, infirmière et éducatrice spécialisée

Modalités : individuel - Rythme et support proposés adaptés en fonction de la personne accompagnée.

Construction de Trajectoire et Orientation Professionnelle (CTOP)

Objectifs

- o Réaliser un bilan individualisé des ressources de l'usager, afin qu'il puisse mobiliser l'ensemble de son potentiel vers la construction d'un parcours professionnel et/ou social approprié
- o Le diagnostic professionnel est établi en fonction, d'une part, des compétences disponibles et transférables et, d'autre part, des freins (obstacles au projet dans le domaine de la santé).
- o La finalité du bilan est de constituer un « portefeuille de ressources individualisé »

Conditions d'admission : sur indication médicale puis confirmation par les encadrants du CTOP

Capacité d'accueil : 12 places par groupe

Encadrants : une conseillère en économie sociale et familiale et une infirmière

Fréquences, dates et horaires

Lundi mardi et jeudi de 9h00 à 15h00

Vendredi de 9h00 à 12h00

Session de 10 semaines + 4 semaines de mise en situation dans l'un des ateliers thérapeutiques du service, le cas échéant.

Type de prise en charge

Groupale et individuelle

Supports proposés

- o Exercices autour de la dynamique de projet
- o Recherche des centres d'intérêts et des motivations
- o Evaluation des compétences techniques
- o Evaluation des obstacles en lien avec la santé et l'autonomie sociale

Perspectives et/ou indications découlant du CTOP

Remédiation cognitive, éducation thérapeutique, ateliers thérapeutiques du SUR-CL3R et/ou accompagnement vers la concrétisation d'un projet professionnel et/ou social par les chargés d'insertion, l'assistante sociale ou l'éducatrice spécialisée.

Evaluation technique

Objectifs

Evaluer le potentiel cognitif, technique et d'autonomie sociale de personnes souffrant de handicap psychique, à l'aide d'outils pédagogiques, dans le cadre d'une démarche de réadaptation socioprofessionnelle.

Conditions d'admission : sur indication médicale puis confirmation par les encadrants

Capacité d'accueil : 4 participants

Encadrants : 1 éducateur technique spécialisé

Fréquences, dates et horaires

Emploi du temps évoluant durant la prise en charge : des demi-journées suivies de temps plein. Sessions de 7 semaines avec possibilité de mise en situation de 4 semaines en atelier thérapeutique au sein du service. 5 sessions par an.

Type de prise en charge

Groupale et individuelle

Supports proposés

- o Evaluation papier/crayon, questionnaire de compétences sociales
- o Atelier technique de façonnage de dossiers
- o Atelier de petite menuiserie

Perspectives

Intégration dans le dispositif du centre référent (groupe ouverture sociale, ateliers thérapeutiques, suivi ambulatoire, remédiation cognitive et/ou éducation thérapeutique) pour favoriser l'élaboration d'un projet et être accompagné dans sa réalisation.

Relai passé à l'équipe de soin référente en cas de projet de réadaptation professionnelle prématuré.



Remédiation cognitive

"

La cognition désigne l'ensemble des processus mentaux qui mettent en jeu la mémoire, le langage, le raisonnement, l'apprentissage, la résolution de problèmes, la prise de décisions, la perception, l'attention et la reconnaissance des émotions et des intentions des autres.

Ces fonctions, en lien avec la maladie, peuvent être altérées et causer des troubles cognitifs. On parlera de troubles de la cognition sociale lorsque l'altération de ces fonctions constitue une barrière ou un frein dans l'interaction avec les autres.

La remédiation cognitive a donc pour but de ré entraîner ces fonctions endommagées et/ou de trouver des méthodes pour compenser ces troubles.

C'est dans le cadre d'un bilan neuropsychologique et de cognition sociale que sont évaluées ces possibles difficultés.

Pour y remédier, plusieurs outils sont à votre disposition. "



CRT
(Cognitive Remediation Therapy), p 26

RECOIS
(REmédiation COgnitive dans la Schizophrénie), p 26

Gaïa, p 31

SCIT, p 28

SCIT adapté, Tom Remed, p 30
p 29

MCT, p 27

IPT, p 28

RC2S, p 29

Remédiation cognitive de la neurocognition

CRT (Cognitive Remediation Therapy)

Thérapie qui permet de travailler :

- **L'attention** avec un entraînement de la flexibilité mentale (exemple : pouvoir alterner entre deux tâches) et de l'inhibition (exemple : réussir à se concentrer sur film en occultant le bruit de personnes qui parlent à côté)
- **La mémoire** avec un entraînement de la mémoire verbale (exemple : retenir des informations que l'on entend) et de la mémoire de travail (exemple : faire du calcul mental)
- **Les capacités de planification** (réussir à organiser différentes tâches dans une journée).

Le programme dure **14 semaines avec deux à trois sessions d'une heure par semaine**. Les séances sont individuelles et des exercices papier-crayon sont utilisés. Les échanges avec le thérapeute permettent aux usagers de mieux connaître leurs points forts et leurs points faibles sur le plan cognitif. Le but est de pouvoir mettre en place des stratégies pour réduire les difficultés ressenties au quotidien. Ce programme a été conçu en Australie par Ann Delahunty et Rod Morice, son efficacité a été prouvée (Wykes et al, 2007).

RECOs (Remédiation Cognitive dans la schizophrénie)

Thérapie qui se concentre sur les difficultés propres de chacun au niveau **de la mémoire, de la concentration et du raisonnement** (Vianin, 2013). RECOs est surtout centré sur les fonctions exécutives (Franck et al, 2013), c'est-à-dire les capacités de :

- Planifier et organiser ses journées, ses rendez-vous, ses trajets etc.
 - Mettre en place des stratégies
 - Bien gérer le temps, l'espace et les contraintes extérieures
- => Ces fonctions nous permettent par exemple de nous adapter à des situations nouvelles.

Le programme dure **14 semaines avec deux sessions individuelles d'une heure par semaine**. Les séances sont individuelles et des exercices papier-crayon et informatiques sont utilisés. En plus de ces séances, il y a des exercices à faire chez soi pour que les stratégies apprises lors des séances puissent être efficaces dans la vie de tous les jours. Dans ce programme, il y a aussi des cours sur le fonctionnement cognitif et son rôle dans nos activités quotidiennes.

Cognitus et moi

Thérapie qui se focalise principalement sur **les fonctions attentionnelles et visuo-spatiales**, elle a pour but de trouver différentes stratégies afin surmonter des difficultés de la vie quotidienne. Des exercices sur ordinateur et papier-crayon sont proposés.

C'est un programme structuré mais aussi personnalisable : il commence par une évaluation neuropsychologique et définition des objectifs personnels à atteindre. Le thérapeute choisit les modules et sous-modules correspondants aux troubles cognitifs repérés, avec des objectifs concrets : **permettre le transfert des stratégies dans la vie quotidienne**. Des exercices sur le lieu de vie de la personne seront réalisés entre chaque séance (domicile, travail, école).

Le programme est de **16 semaines, avec une session individuelle d'une heure par semaine**.

Le renforcement positif est un principe clé de la remédiation cognitive. Il vient du thérapeute, de l'entourage de la personne (famille, professionnels) et de Cognitus, un petit émoticône :-) qui accompagne la personne lors des exercices informatisés et qui grimpe le niveau lorsque la personne réussit les exercices.

Remédiation des troubles métacognitifs et de la cognition sociale

MCT

Ce programme a pour objectif d'améliorer **la métacognition c'est-à-dire la compréhension, la connaissance et le contrôle de ses propres pensées**. Par exemple, ce n'est pas que le fait d'avoir peur de l'eau mais de savoir que cette peur vient de soi-même, de ses propres pensées et que l'eau n'est en réalité pas forcément dangereuse. Ce programme travaille sur différents thèmes comme :

- Les sauts aux conclusions : c'est le fait de juger d'une situation trop rapidement, sans prendre en compte toutes les informations nécessaires pour faire un jugement (exemple : ce collègue ne m'a pas salué, cela veut dire qu'il ne m'aime pas).
- La théorie de l'esprit : capacité à attribuer des pensées, des émotions à autrui
- Le style attributionnel : manière dont on interprète les situations

IPT

Le programme IPT est un outil qui associe **remédiation cognitive et entraînement des compétences sociales**.

Il dure **6 mois avec deux séances d'une heure par semaine**. Les séances sont animées par deux thérapeutes et se font en groupe avec une dizaine d'usagers. Il y a en tout six modules, les premiers traitent de la cognition (concentration, mémoire, planification) tandis que les derniers concernent l'entraînement aux habiletés sociales. Les supports utilisés sont variés (exercices papiers crayons, projection d'images, jeux de cartes...).

Ce programme, qui couvre un grand nombre de déficits, peut être proposé à un large éventail de personnes. Il nécessite cependant la constitution de groupes homogènes.

L'IPT laisse par ailleurs libre court à la créativité des participants ce qui fait qu'il est particulièrement apprécié. Sa simplicité d'utilisation en fait également un outil facilement accessible à de nombreux professionnels de santé mentale.

Le programme IPT a été conçu à Berne par Brenner et son équipe (Brenner et al, 1992). Son efficacité a été mise en évidence par une vaste méta analyse (Roder et al, 2006).

Groupe de remédiation de la cognition sociale (SCIT)

Le programme SCIT se déroule sur **20 séances d'1h30** (soit environ 4 - 5 mois) et est composé de trois parties :

- o Travailler autour de la reconnaissance des émotions faciales
- o Travailler sur le saut aux conclusions et les biais de raisonnement dans la compréhension des intentions d'autrui
- o Travailler autour du transfert des compétences dans la vie quotidienne et de la résolution de problèmes interpersonnels

Le groupe s'adresse à des personnes présentant un trouble global de cognition sociale, avec des tendances à interpréter les intentions d'autrui (surinterprétations) qui provoquent des difficultés à être en relation avec les autres. Le groupe ne s'adresse pas à des personnes présentant une déficience intellectuelle car les outils nécessitent d'avoir un niveau de compréhension et de communication suffisant.

Groupe de cognition sociale et d'entraînement des compétences sociales (SCIT-adapté)

Le programme SCIT-adapté se déroule sur **20 séances d'1h30** (soit environ 4 - 5 mois) et a pour objectifs :

- o Travailler sur la compréhension des émotions et des contextes sociaux
- o Travailler sur la flexibilité sociale pour aider à gérer les imprévus (travailler sur les habitudes et les routines, diminuer l'anxiété dans les situations nouvelles, réfléchir aux techniques pour faire face aux imprévus...)
- o Développer des compétences pour mieux comprendre et gérer les situations sociales (s'entraîner à interagir pour se sentir plus à l'aise avec les autres)

En fonction des participants et de leurs objectifs, différentes thématiques pourront être abordées (comment entrer en conversation, comment émettre un souhait/une critique, comment demander des renseignements...)

Le groupe s'adresse à des personnes présentant un trouble global de cognition sociale, et notamment des difficultés à faire des hypothèses sur les intentions des autres, qui provoquent des difficultés à être en relation avec les autres.

Le groupe ne s'adresse pas à des personnes présentant une déficience intellectuelle car les outils nécessitent d'avoir un niveau de compréhension et de communication suffisant.

RC2S

RC2S est un **outil de remédiation cognitive ciblant la cognition sociale**. Comme le programme SCIT il fait partie des interventions globales c'est-à-dire prenant en compte l'ensemble des composantes de la cognition sociale pouvant être impactées dans le cadre de troubles psychiques. Cependant c'est une prise en charge individuelle, ce qui permet de s'adapter spécifiquement au profil de chaque individu.

Le programme RC2S s'appuie également sur l'outil informatique.

La prise en charge se déroule sur environ **12 semaines, trois fois 1h par semaine** (deux séances avec le thérapeute, une séance à domicile).

La 1ère semaine est consacrée à la définition d'objectifs individualisés pour la prise en charge. Les 10 semaines suivantes sont consacrées à la remédiation cognitive.

Chaque semaine 3 types de séances sont proposées :

- Une séance papier/crayon permettant de développer des stratégies pour comprendre les interactions sociales à l'aide de photos ou de vidéos
- Une séance informatisée où l'usager a pour objectif d'aider un personnage prénommé Tom dans différentes situations d'interactions sociales. Le participant doit ici orienter le comportement de Tom mais également s'adapter aux changements de situations
- Une séance à domicile permettant de transférer les stratégies développées avec le thérapeute dans la vie quotidienne

La dernière semaine de la prise en charge est consacrée au transfert des compétences et permet de faire le point sur la prise en charge et l'atteinte des objectifs fixés.

TomRemed

Le programme de remédiation ToMRemed a pour objectif d'améliorer les compétences des personnes souffrant de schizophrénie en **théorie de l'esprit** (theory of mind - ToM).

La théorie de l'esprit est l'aptitude à prévoir ou à expliquer le comportement d'autrui en lui attribuant des croyances, des souhaits ou des intentions qui diffèrent des nôtres. C'est donc une compétence très importante pour réussir dans ses relations sociales.

Le matériel de ToMRemed est constitué de 10 courts extraits de films, mettant en scène 2 ou 3 personnages dans des situations de vie quotidienne fréquentes et riches en échanges intentionnels. Chaque extrait est assorti de 2 ou 3 questions portant sur les intentions des personnages et de cinq hypothèses de réponses.

Le programme ToMRemed se déroule en **10 séances d'1h30**, composées chacune de deux temps bien distincts :

- Des expériences de vie rapportées : travail sur une situation de la vie quotidienne dans laquelle un patient s'est senti en difficulté de communication. Identification en groupe des pensées qui ont pu poser problème et recherche d'autres explications possibles pour identifier l'interprétation la plus pertinente possible et acceptée par tous les membres du groupe.
- Un travail sur des extraits vidéo : un extrait de film est présenté à l'ensemble du groupe ; 30

il peut être revu à tout moment et autant de fois que nécessaire. Un travail individuel est d'abord proposé, afin que chacun réfléchisse à la manière dont il comprend l'échange puis un travail collectif va consister à réfléchir ensemble à des arguments permettant de valider certaines interprétations concernant l'extrait vidéo

Le programme est proposé à un groupe de 3 à 6 patients et est animé par deux thérapeutes.

Gaïa, remédiation cognitive des anomalies du traitement des émotions faciales

Les psychoses chroniques (dont la schizophrénie) sont associées à un déficit en cognition sociale. Ce déficit touche, en particulier, **la capacité d'analyse des informations faciales** (dont les informations émotionnelles) **affichées par le visage d'autrui**.

Le programme Gaïa, développé par le centre référent, en partenariat avec l'université de Bourgogne, le centre hospitalier universitaire Vaudois et Tutoractiv, repose sur un entraînement des processus de traitement des informations faciales émotionnelles. L'objectif est de favoriser les relations avec autrui, et de limiter la production et le maintien des idées inappropriées qui peuvent découler d'une mauvaise compréhension des émotions d'autrui.

Déroulement : **20 séances individuelles** dispensées par un thérapeute formé. Le programme comporte 3 phases :

- Exercices sur photos visant à catégoriser 3 émotions courantes : la joie, la colère et la tristesse
- Exercices informatisés : situations virtuelles proches de la réalité. Un personnage, Gaïa, évolue dans trois environnements proches du quotidien des usagers (pharmacie, lieu de travail et famille). Il rencontre différentes personnes.

Les interactions (séquences vidéos) sont présentées en gros plan, face caméra, plaçant l'usager au plus près d'une situation réelle. Jeux de rôle en séance et tâches à domicile favorisent les bénéfices fonctionnels

- Travail de généralisation : un travail de généralisation aux autres émotions de base et à des émotions complexes est proposé en fin de prise en charge

Les stratégies thérapeutiques utilisées favorisent la motivation de l'usager (renforcement positif et apprentissage sans erreur), la recherche et l'automatisation des stratégies les plus efficientes pour sa vie quotidienne (auto-verbalisation des stratégies et entraînement intensif).

Entraînement des compétences sociales

- Pour certaines personnes, rentrer en contact avec les autres n'est pas évident et peut causer des difficultés relationnelles.

L'entraînement des compétences sociales a pour objectif d'améliorer son comportement et sa façon d'agir pour être en lien de façon adaptée avec les autres.

Les différents outils proposés permettent de :

- mieux se connaître
- mieux connaître la maladie et les traitements (pour mieux s'accepter et gérer les symptômes)
- savoir s'affirmer
- apprendre à gérer ses émotions et à reconnaître celles des autres
- ne pas se laisser submerger par ses pensées négatives et valoriser ses pensées positives
- {re)découvrir la notion de plaisir dans la vie quotidienne et le partage avec d'autres

Ces ateliers et ces groupes thérapeutiques permettent à chacun de reprendre confiance en soi et de se sentir exister au sein de la société.

■■

Entraînement des compétences sociales : savoir gérer les interactions sociales

Groupe
d'affirmation de soi
p 34

Groupe
ouverture sociale
p 35



Groupe d'affirmation de soi

Le groupe Affirmation de soi a pour objectif d'aider les patients en difficultés dans le champ des relations sociales à améliorer l'estime de soi et à faciliter les interactions sociales.

« S'affirmer c'est savoir, sans émotion trop importante, demander ou refuser, savoir engager la conversation ; verbaliser ses idées et ses sentiments lorsque c'est nécessaire, tout en gardant (ou en améliorant) une bonne relation avec l'interlocuteur » (Charly Cungi).

Public :

Patients rencontrant des difficultés pour s'affirmer

Modalités :

8 à 10 séances hebdomadaires de 1h30

Structure du groupe :

Groupe fermé

Capacité d'accueil :

6 à 8 personnes

Déroulement :

- Reprise des bases de la communication verbale
- Faire et recevoir des demandes, faire et recevoir un compliment, faire et recevoir une critique, gestion de conflits...
- Jeux de rôles

Evaluation :

Entretien pré et post-groupe avec échelles d'évaluation

Thérapeutes :

Psychologue et infirmière

Groupe ouverture sociale

Objectifs :

- Favoriser et soutenir l'ouverture sociale à partir des demandes et envies des participants
- Inviter à la découverte de lieux de loisirs et d'espaces socio-culturels
- Favoriser la rencontre entre les participants à travers l'organisation de projets collectifs
- Développer son attention aux perceptions sensorielles (le goût, le toucher, l'odorat, l'ouïe et la vue) et aux moments positifs dans le quotidien

Public :

Le groupe s'adresse aux personnes qui sortent peu de chez elles et/ou qui souhaitent se sentir plus à l'aise avec les autres.

Il peut s'adresser aussi aux personnes qui aimeraient faire l'expérience de nouvelles sorties socio-culturelles.

Référentes du groupe :

Une éducatrice spécialisée et une conseillère en économie sociale et familiale

Structure du groupe :

Groupe fermé

Capacité d'accueil :

8 participants maximum

Modalités :

- Rencontres préalables en individuel et en groupe, pour initier le processus de (re)socialisation (sur une période de 3 mois)
- Rythme et horaires du groupe : mardi et jeudi de 9h30 à 12h, pendant 3 mois

Psychoéducation / Education thérapeutique

“

La psychoéducation permet d'avoir des informations générales sur la maladie et ses traitements, afin de mieux la comprendre et de mieux la gérer.

Cette meilleure compréhension/appropriation nous amène à davantage la maîtriser en repérant les signes d'une éventuelle rechute et, ainsi, faire mieux avec sa propre fragilité. C'est un espace où chacun peut témoigner autour de son vécu pour partager avec les autres son expérience personnelle.

Un atelier plus spécifiquement axé sur le rétablissement permet de mieux identifier ses propres capacités, pour accéder à une trajectoire de vie satisfaisante

”

Atelier psychose
et médicaments, p 38

Atelier psychose
et symptômes, p 38

Atelier troubles bipolaires
et apparentés, p 38

Psychoéducation Education thérapeutique

Groupe désir d'enfant
et parentalité, p 39

Groupe Thérapies cognitives et
comportementales, p 38

Atelier
rétablissement, p 39

Atelier psychose et symptômes

Cet atelier est destiné à tous les patients souffrant de schizophrénie. Il utilise des supports illustrés qui permettent de renvoyer les participants à leur propre vécu et de leur faire prendre conscience de la nature pathologique de celui-ci. Ils peuvent ainsi mieux s'approprier leur maladie.

8 a 10 séances hebdomadaires d'1H30 animées par 2 professionnels de santé.

Atelier psychose et médicaments

Cet atelier est destiné tout particulièrement aux patients présentant des difficultés dans l'observance du traitement mais également à ceux qui, plus largement, s'interrogent sur la médication et souhaitent pouvoir bénéficier de la possibilité d'échanger en groupe sur ce sujet. 8 a 10 séances hebdomadaires d'1H30 animées par un médecin assistant et un interne en pharmacie.

Atelier troubles bipolaires et apparentés

Cet atelier est destiné aux personnes souffrant de toutes formes de troubles bipolaires ou apparentés. Les séances permettent de mieux connaître ces troubles, leurs différents modes d'expression, les manifestations précédant les rechutes, les troubles associés et les différentes modalités de leur prise en charge. Certaines séances sont co-animées par une patiente experte, un psychiatre, une psychologue et une assistante sociale.

12 a 13 séances hebdomadaires d'1H30.

Groupe TCCp

Il s'agit d'une rencontre en groupe, deux fois par semaine, dont le but est d'apprendre à faire face aux symptômes de la schizophrénie.

Il est coanimé par une psychologue et une infirmière formées aux thérapies cognitives et comportementales.

Ce groupe permet de mieux identifier, comprendre et solutionner les difficultés liées aux symptômes.

Il s'agit d'une approche axée sur la recherche de solutions, où chacun apprend

- à s'organiser face aux symptômes ou aux risques de rechutes,
- à prendre conscience de ses ressources (personnelles, sociales, matérielles) et les exploiter de manière concrètes pour se protéger des symptômes envahissants,
- à redéployer les bénéfice d'une bonne estime de soi.

Les techniques et interventions sont amenées à la fois par les thérapeutes mais aussi, lorsqu'ils souhaitent les partager, par les participants du groupe.

Les thèmes abordés sont :

- Le stress et son influence dans la vie
- La prise de recul sur les événements ou les rapports à l'autre (rester objectif)
- Connaitre les effets des toxiques sur la symptômatologie
- Gérer l'angoisse et les états d'âme
- Développer des stratégies personnalisées et des compétences pour faire face aux symptômes et à la maladie

Atelier rétablissement

Cet atelier est destiné à permettre aux patients de prendre conscience de leurs potentialités, afin de construire un projet de vie positif malgré la maladie.

8 a 10 séances hebdomadaires d'1H30 animées par 2 professionnels de santé.

Groupe Désir d'enfant et Parentalité

Groupe d'information et de réflexion destiné à tout usager s'interrogeant sur le fait d'avoir un enfant et de devenir parent lors que l'on vit avec des troubles psychiques.

La session comprend **8 séances dont trois séances individuelles** et 5 séances autour des thèmes suivants : le désir d'enfant, traitement et grossesse, devenir parent, les relais en cas de nécessité en période pré et post natale. Groupe co-animé par une infirmière, un moniteur et une médiatrice de santé paire, avec des intervenants externes selon le thème abordé en séance (psychiatre, association d'usagers, psychologue). Les personnes concernées intéressées peuvent venir seules ou accompagnée de leur conjoint(e).

Effectif de chaque session : 12 personnes

Accompagnement psychologique et psycho-corporel

- L'accompagnement psychologique propose un espace de parole et d'écoute qui permet de venir réfléchir sur soi. L'usager peut évoquer librement son vécu, ses difficultés en général, mais aussi celles en lien avec la maladie et ce, afin d'avancer dans son projet de vie (logement, emploi, relations sociales, etc.).

C'est aussi l'occasion d'essayer de comprendre davantage sa façon de fonctionner, et ainsi de repérer à la fois ses limitations mais surtout ses ressources. Ce cheminement offre la possibilité à chacun de définir ou redéfinir un projet de vie adapté, en fonction de là où il en est.

Cela vient soutenir la personne dans son processus de rétablissement et donc sa dynamique de projet.

Pour ce faire, deux psychologues cliniciennes peuvent intervenir tout au long de votre parcours de réhabilitation, autour de trois axes :

- une évaluation clinique dans le cadre du bilan d'entrée ;
- des entretiens ponctuels et/ou au long cours ;
- une prise en charge groupale de Photolangage autour des représentations du travail.

Une prise en charge de TCC individuelle est également proposée.

En complément, les approches psycho-corporelles permettent de s'ancrer dans l'instant présent pour mieux gérer son stress et ses émotions.

■

Evaluation clinique dans
le cadre du bilan d'entrée, p 42

Entretiens ponctuels
et/ou au long cours, p 43

Prise en charge
groupale de
Photolangage autour
des représentations du
travail, p 44

TCC individuelle

**Accompagnement
psychologique :
échanger et réfléchir sur soi
et son vécu**

**Accompagnement
psycho-corpsel :
s'ancrer dans l'instant
présent pour mieux gérer
son stress et
ses émotions**

Groupe pleine
conscience, p 45

Groupe approches
coporelles, p 46

Evaluation clinique dans le cadre du bilan d'entrée

Objectifs :

- Evaluer le type d'organisation et de fonctionnement psychique de la personne accueillie dans le service afin d'apporter des éléments cliniques complémentaires à ceux fournis par le regard médical.
- Cette évaluation, dont la restitution a lieu lors de la synthèse du bilan d'entrée, permet également de participer à la définition des propositions de trajectoires de soins au service du parcours de réhabilitation.

Conditions d'admission :

Sur indication médicale

Intervenants :

2 psychologues cliniciennes

Durée et type de prise en charge :

Un entretien individuel d'1 heure



Entretiens ponctuels et/ou au long cours

Objectifs :

Il s'agit de proposer à chacun 1 espace de parole et d'accueil de ce qui peut faire frein dans la mise en œuvre des étapes pour le maintien, la construction ou la reconstruction de son projet de vie.

-**Les entretiens ponctuels** peuvent intervenir dans des moments charnières du parcours de réhabilitation. Ces temps d'écoute bienveillante répondent à un besoin momentané d'être contenu et sécurisé, ils seront potentiellement utiles pour poursuivre plus sereinement la conduite des projets par la suite.

-**Les entretiens au long cours** proposent un suivi qui est plus principalement axé sur le soutien et l'accompagnement des processus psychiques liés à la dynamique de rétablissement.

Il s'agit là de soutenir chaque usager qui le demande dans sa démarche introspective pour tenter d'accorder la construction de son projet de vie avec ses besoins actuels. Cet étayage vient tenter d'ouvrir ou de rouvrir des perspectives d'espoir plus satisfaisantes. En ce sens, seront plus spécifiquement évoqués : l'acceptation de la maladie, les deuils et renoncements qui y sont rattachés, la redéfinition de son identité autrement qu'au travers du seul statut de malade psychiatrique, l'identification de ses limites et ressources pour être en mesure de prendre des décisions, de faire des choix éclairés...

Tous cela dans l'objectif d'être enfin ou à nouveau aux commandes de sa vie.

Conditions d'admission :

A la demande et /ou sur proposition d'un professionnel du service, mais toujours avec l'accord du patient.

Intervenants :

2 psychologues cliniciennes

Durée et type de prise en charge :

Entretiens d'environ 45min sur une durée définie en fonction des besoins de chacun

Prise en charge groupale de Photolangage autour des représentations du travail

Objectifs :

- Il s'agit d'accompagner les participants à réfléchir sur leur propre situation de travail, sur leurs relations interpersonnelles, et sur les processus qui les organisent grâce aux photographies autour de la tâche proposée. Ils peuvent ainsi prendre conscience des images qui les habitent, des représentations qu'ils se sont forgées du travail, de leurs intérêts, de leurs habitudes, des relations avec les autres, de la réussite et de l'échec.
- La photographie est alors utilisée ici comme un média, un tiers, dans la relation à l'autre. Elle facilite en effet la prise de parole dans l'expression de soi autant que l'accueil de l'autre dans l'écoute de ce qu'il dépose dans le groupe. Derrière les mots utilisés pour évoquer la photo c'est bien la parole d'un sujet qui est écoutée.

Conditions d'admission :

Proposition faite au patient après concertation en équipe en lien avec la nature des enjeux psychiques représentés par le travail.

Capacité d'accueil :

8 participants

Intervenants :

2 psychologues cliniciennes

Durée et fréquence :

4 séances hebdomadaires consécutives de 2h30

Type de prise en charge :

Groupe fermé

Evaluation :

Entretiens pré et post groupe avec échelle d'évaluation

Groupe de pleine conscience

Objectifs :

- S'ancrer dans l'instant présent
- Développer l'observation, le non-jugement, la bienveillance et l'acceptation.
- Améliorer la conscience corporelle et des émotions
- Prise de distance avec ses pensées / émotions / ou sensations parfois envahissantes
- Meilleure gestion du stress et des émotions

Indications :

- Troubles psychotiques (et notamment troubles de la conscience corporelle, dépersonnalisation...)
- Troubles anxioc-dépressifs ou somatiques (douleurs, maladies somatiques...)

Outils :

- Méditation : assise, allongée, en mouvement
- Mouvements de yoga
- Temps d'échanges et apports théoriques
- Pratique quotidienne d'exercices à domicile

Thérapeutes :

Médecin et psychologue

Durée et fréquence :

9 a 12 séances hebdomadaires de deux heures

Capacité d'accueil :

6 participants

Groupe Approches Corporelles

Objectifs :

- Gestion du stress et de l'anxiété
- Bien-être
- Travailler l'estime de soi
- S'ancrer dans l'instant présent
- Développer l'observation, le non-jugement, la bienveillance et l'acceptation.
- Améliorer la conscience corporelle et émotionnelle
- Prise de distance avec ses pensées / émotions / ou sensations parfois envahissantes
- Apprentissage d'outils pratiques

Indications :

- Troubles psychotiques (et notamment troubles de la conscience corporelle, dépersonnalisation...)
- Troubles anxiо-dépressifs ou psychosomatiques (douleurs, maladies somatiques...)
- Troubles de la personnalité

Outils :

- Méditation : assise, allongée, en mouvement
- Relaxation
- Travail sur la respiration
- Mouvements de yoga
- Travail sur le prendre soin de soi au quotidien (apports de psychologie positive)
- Travail sur la bienveillance envers soi
- Temps d'échanges et apports théoriques
- Pratique quotidienne d'exercices à domicile

Thérapeutes :

Médecin, infirmier et psychologue

Durée et fréquence :

10 séances hebdomadaires d'1h30

Capacité d'accueil :

8 participants



Accompagnement des familles

“

Ce dispositif permet d'offrir un espace d'échange, d'écoute, de parole et de soutien aux familles dont l'un des membres est touché par la maladie psychique.

L'objectif est d'ouvrir ou de ré-ouvrir la communication, le dialogue entre les différentes personnes de la famille afin de leur permettre de mieux vivre ensemble.

Ce dispositif offre la possibilité aux proches de mieux comprendre, mais aussi d'accepter plus facilement, la maladie et son impact sur la vie de famille.

La finalité est de donner des moyens, des solutions, des stratégies pour améliorer le quotidien au sein de la cellule familiale et ainsi, d'offrir la possibilité d'aller vers davantage d'autonomie.

Dans cette perspective, 3 types d'accompagnement vous sont proposés :

- Prises en charge groupales
- Prises en charge individuelles
- information sur les réseaux de soutien

”

Thérapie avec la famille

Groupe AVEC



Prises en charge groupales

Groupe Multifamilial

Groupe animé par deux thérapeutes, sur une durée d'environ 10 séances, toutes les 3 semaines.

Groupe AVEC (Accompagner, Valider, Echanger, Comprendre)

Groupe animé par deux thérapeutes qui s'inscrit dans une approche psychoéducative, sur une durée de 8 séances hebdomadaires de 2h.

Prises en charge individuelles

Entretiens familiaux

Entretiens animés par deux co-thérapeutes dans une approche systémique et sur un suivi bref.

Interventions trimestrielles

Ces interventions trimestrielles animées par l'équipe du CL3R sont proposées dans l'objectif d'informer les familles sur les réseaux de soutien existant : associatifs, médicaux, etc.

Pair-aidance

“

Le médiateur de santé pair est une personne qui vit avec des troubles psychiques et qui est rétablie.

Elle a suivi une formation qui lui permet d'exercer en tant que professionnel de santé.

Dans ce cadre, il peut accompagner les usagers du service dans leur processus de rétablissement en témoignant de sa propre expérience et de son vécu autour de la maladie. Cette expérience commune et partagée des troubles psychiques permet une identification qui facilite la reprise de confiance en soi et qui véhicule de l'espoir.

De ce fait, le médiateur de santé pair représente la possibilité de bien vivre avec sa maladie.

En ce sens, et en lien avec les équipes de soin, c'est un semblable qui peut aider à cheminer en mobilisant ou remobilisant ses propres compétences. Cela peut se faire au travers d'un travail autour de la destigmatisation et de l'acceptation de sa maladie, entre autres choses.

”

Modalités d'intervention

Le médiateur de santé pair intervient dans les groupes de psychoéducation, notamment en animant ponctuellement le groupe rétablissement et travaille avec le CTOP sur la question de l'insertion professionnelle.

Il peut également recevoir les personnes qui le souhaitent en entretien individuel pour un suivi plus personnel d'une à cinq séances environ basé sur le partage d'expériences.

Objectifs

- Accepter la maladie et la dépasser
- Permettre la reprise de confiance en soi
- Favoriser la déstigmatisation



Ateliers thérapeutiques

Après le CTOP (Construction de Trajectoire et Orientation Professionnelle), ET (Evaluation Technique) ou une intégration directe, l'atelier thérapeutique est un tremplin qui participe au rétablissement.

C'est un lieu qui permet de :

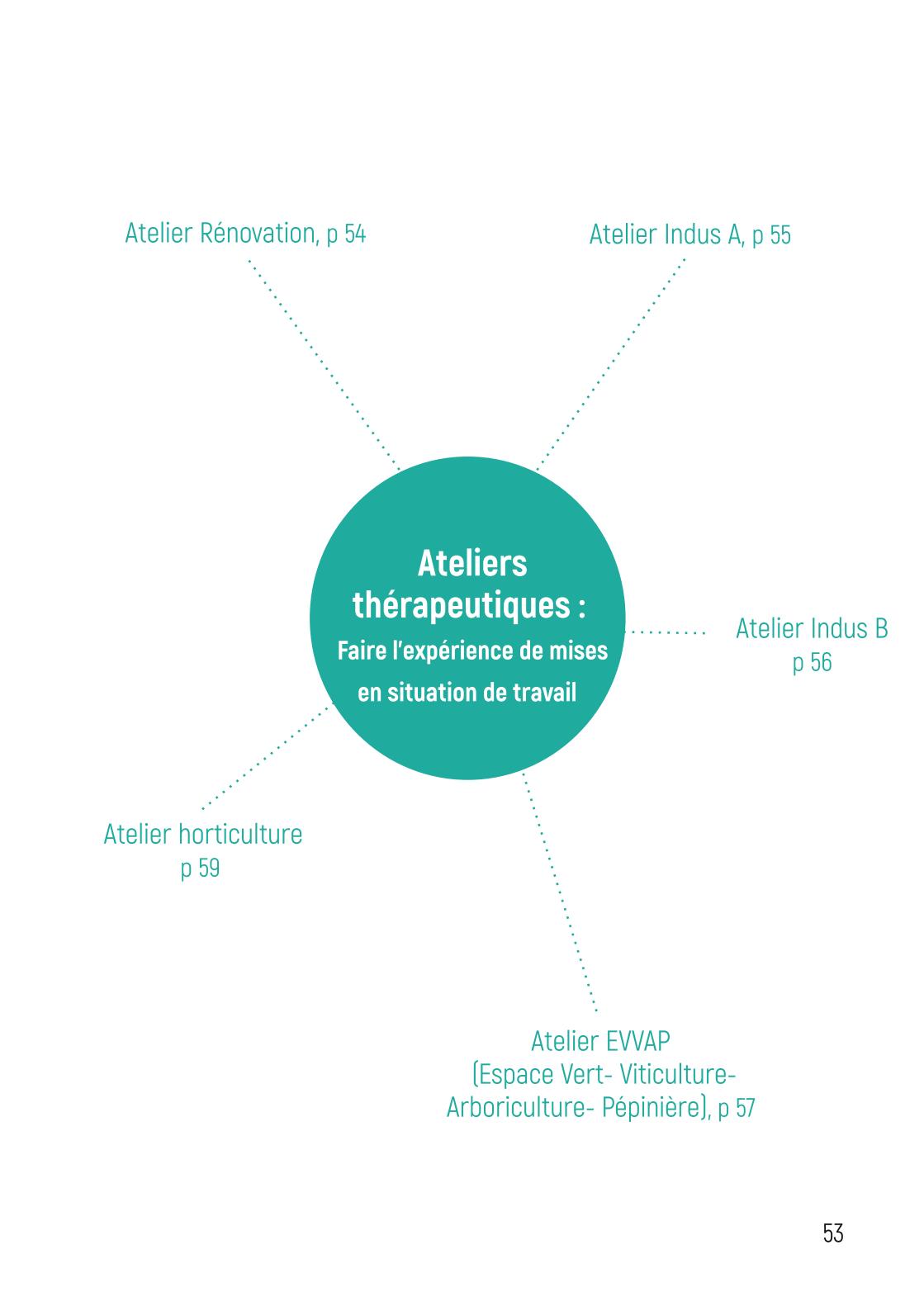
- reprendre un rythme de vie, avoir une activité quotidienne
- se socialiser, s'ouvrir au monde
- retrouver un bien être
- remobiliser ses capacités d'organisation, de mémorisation, d'attention et de concentration
- retrouver confiance en soi, être fier de soi
- redonner un sens, un but à sa vie
- prendre le temps de construire un projet dont on est acteur
- travailler en équipe : se respecter, échanger, se faire confiance
- se soigner
- avoir un accompagnement personnalisé en fonction de ses projets, ses envies, ses besoins
- apprendre ou réapprendre le respect du cadre de travail (horaires, consignes, etc.)

Au sein de l'atelier thérapeutique, on prend le temps de construire son projet tout en se soignant.

Dans ce cadre, vous avez également la possibilité de rencontrer :

- une infirmière qui propose une évaluation et un suivi somatique des usagers
- deux psychologues cliniciennes qui proposent un espace de parole autour de la question du travail

¶



Ateliers thérapeutiques :
Faire l'expérience de mises en situation de travail

Atelier Rénovation, p 54

Atelier Indus A, p 55

Atelier Indus B
p 56

Atelier horticulture
p 59

Atelier EVVAP
(Espace Vert- Viticulture-
Arboriculture- Pépinière), p 57

Atelier rénovation

Objectifs :

- Prise en charge et accompagnement du patient
- Evaluation et préparation à l'insertion
- Remobilisation des capacités d'autonomie

Capacité d'accueil :

5+1

Encadrant :

1 éducateur technique spécialisé

Durée de prise en charge :

En fonction du projet individuel

Fréquences, dates et horaires :

Du lundi au jeudi de 8h30 à 11h20 et de 13h00 à 15h45

Le vendredi de 8h30 à 11h30

Type de prise en charge :

Groupale et individuelle

Supports proposés :

Travail et évaluation autour du support bois et peinture par le biais de création ou de rénovation de meubles.

Atelier Indus A

Objectifs :

- développer la capacité à vivre en groupe et à prendre soin de soi
- renforcer l'implication, la motivation, la responsabilisation, l'autonomie et l'estime de soi
- favoriser l'adhésion au fonctionnement de l'atelier
- faire en sorte que les participants soient acteurs de leurs projets
- leur permettre de trouver ou de retrouver une place dans la société et dans le monde du travail
- favoriser l'acquisition de compétences socioprofessionnelles

Capacité d'accueil :

20+4

Encadrants :

2 éducateurs techniques spécialisés et 1 moniteur d'atelier

Durée de prise en charge :

En fonction du projet individuel

Fréquences, dates et horaires :

Du lundi au jeudi de 8h30 à 11h30 et de 13h00 à 15h45

Le vendredi de 8h30 à 11h30

Type de prise en charge :

Groupale et individuelle

Supports proposés :

Activité de sous-traitance diverses :

- pliage et collage de boîtes
- agrafage de gants
- tri de joints, etc.

Atelier Indus B

Objectifs :

- développer la capacité à vivre en groupe et à prendre soin de soi
- renforcer l'implication, la motivation, la responsabilisation, l'autonomie et l'estime de soi
- favoriser l'adhésion au fonctionnement de l'atelier
- faire en sorte que les participants soient acteurs de leurs projets
- leur permettre de trouver ou de retrouver une place dans la société et dans le monde du travail
- favoriser l'acquisition de compétences socioprofessionnelles

Capacité d'accueil :

20+4

Encadrants.

2 éducateurs techniques spécialisés et 1 moniteur éducateur.

Durée de prise en charge :

En fonction du projet individuel

Fréquences, dates et horaires :

Du lundi au jeudi de 8h30 à 11h20 et de 13h00 à 15h45

Le vendredi de 8h30 à 11h20 et 13h00 à 15h00

Type de prise en charge :

Groupale et individuelle

Supports proposés : .

Activité de sous-traitance diverses :

-pliage et collage de boîtes

-mailing

-tri de joints, etc.

Atelier EVVAP (Espace Vert- Viticulture-Arbiculture- Pépinière)

Objectifs :

- puiser du bien-être au plus près du vivant
- renouer avec la notion de plaisir (épanouissement des sens)
- remobiliser les acquis
- rétablir du lien dans une ambiance bienveillante
- la médiation proposée permet donc de réactiver différents potentiels : physique, cognitif, relationnel

Capacité d'accueil :

9+1

Encadrants :

1 éducateur technique spécialisé + 1 moniteur d'atelier

Fréquence, dates et horaires :

Prise en charge toute l'année selon 2 types d'horaire :

Printemps - été : 8h00 - 15h00

Automne - hiver : 8h30-15h30

Type de prise en charge : Groupale et individuelle

Supports proposés :

1- Espace vert :

- entretien d'espaces verts en milieu intra-hospitalier.
- création de massifs floraux
- reconnaissance de végétaux

2- Viticulture :

- taille de la vigne, ébourgeonnage, relevage des serments, pose des filets de protection, récolte des raisins

3- Arboriculture fruitière :

- taille d'arbres fruitiers, éclaircissement, cueillette des fruits.
- activité en cuisine pédagogique (élaboration de confitures, compotes, pâtes de fruits) etc.

4- Pépinière :

-Bouturage et rempotage d'arbuste à fleurs, arrosages, vente au printemps et à l'automne.

Autre activité : confection de petits sacs de lavande et lavandins, à partir de la production de fleurs de l'atelier.



Atelier horticulture

Objectifs :

Permettre à chacun de pouvoir développer des compétences dans les domaines suivants :

- savoir-faire (prise d'initiatives, organisation, lecture et compréhension d'une information)
- savoir être (relations avec autrui, respect des horaires, des consignes de sécurité et hygiène)
- savoir (se situer au sein d'une équipe, réagir face à la clientèle et être polyvalent aux différents postes de travail)

Capacité d'accueil :

9+1

Encadrants :

2 éducateurs techniques spécialisés

Fréquence, dates et horaires :

Prise en charge toute l'année selon 2 types d'horaire :

Printemps - été : 8h00 - 15h00

Automne - hiver : 8h30-15h30

Type de prise en charge :

Groupale et individuelle

Support proposé :

Production de plantes aromatiques et légumineuses

Production florale et végétaux saisonniers

Activité potagère

Entretien (taille, suivi, nettoyage des abords, récoltes, désherbage...)

Insertion dans la cité

- Le dispositif d'insertion dans la cité permet la construction de projets personnalisés pour s'intégrer dans la société.

L'accompagnement proposé place l'usager en tant qu'acteur de son projet d'insertion en fonction de ses motivations, ses intérêts et ses souhaits. Cela permet à la personne d'acquérir davantage d'autonomie.

Cette dynamique de projet offre la possibilité de faire ou de refaire partie intégrante de la société malgré les difficultés psychiques.

L'accompagnement vers un projet peut être soutenu par les divers outils de soin proposés par le service.

Pour ce faire, l'équipe d'insertion dans la cité accompagne les usagers à chaque étape de leur projet socio-professionnel :

- les chargés d'insertion assurent le suivi du projet professionnel par le biais d'entretiens réguliers, de visites et de mise en situation sur des lieux de stage en milieu ordinaire ou protégé.
- l'éducatrice spécialisée et l'assistante sociale prennent en charge l'accompagnement du projet social (activités plaisirs/loisirs/bénévolat/logement/démarches administratives) au travers d'entretiens, d'accompagnements vers l'extérieur et également d'animation de groupes.

11

Insertion professionnelle, p 63

Insertion sociale, p 63

**Insertion
dans la cité :**
Construire un projet
personnalisé pour s'intégrer
dans la société

Groupes ponctuels, p 63

Le dispositif d'insertion dans la cité est composé de 4 professionnelles : 2 chargées d'insertion, 1 éducatrice spécialisée et 1 assistante sociale.

Objectifs :

- Permettre aux usagers d'être participatifs, d'être acteurs de leurs projets.
- Travailler sur l'autonomie et la responsabilité des usagers, et les soutenir dans la construction de leur projet d'insertion.
- Favoriser l'ouverture vers l'extérieur

Conditions d'admission :

Sur indication médicale et avis du coordinateur de parcours

Modalité :

Accompagnement individuel et personnalisé

Perspectives :

Mise en place d'un projet concret et/ou passage de relais vers une structure en lien avec le projet

Travail de partenariat de l'équipe :

Pour soutenir au mieux le projet des usagers, le dispositif « Insertion dans la cité » s'appuie sur de nombreux partenaires extérieurs :

- partenaires de l'emploi (milieu ordinaire /milieu protégé)
- domaine des loisirs
- associations
- structures proposant du bénévolat
- partenaires de la santé
- partenaires du logement
- instances administratives

Plusieurs types d'accompagnement possibles : insertion professionnelle et/ou sociale

Insertion professionnelle

Soutien et aide à la définition du projet

- Nouveau projet
- Reconversion
- Maintien dans l'emploi

Construction du projet

- Vérification du projet
- Mise en place de stage
- Construction de CV et lettre de motivation
- Simulation d'entretien d'embauche
- etc.

Insertion Sociale

- Soutien aux démarches administratives
- Aide à la construction du projet logement
- Soutien et aide à la définition du projet social : recherche d'activités qui ont un sens pour l'usager (loisirs et/ou bénévolat)

Groupes ponctuels

Pour favoriser l'ouverture sur l'extérieur des usagers et participer à la déstigmatisation des troubles psychiques, le dispositif Insertion dans la cité peut-être amené à créer des groupes de manière ponctuelle.

Par exemple :

- Atelier numérique au sein d'une médiathèque
- Atelier photos avec un collectif de photographes
- etc.

Culture pour tous

Association reconnue d'intérêt général, Culture pour tous a pour but de lutter contre l'exclusion et les discriminations en facilitant la participation à une vie culturelle choisie et la prise de parole sur cette dernière.

Des permanences sont proposées pour vous permettre de vous renseigner sur ce dispositif et réserver des invitations culturelles et sportives : spectacle, musique, cinéma, théâtre, etc.

PERMANENCE

Au 4 rue Jean Sarrazin,
tous les jeudi de 13h à 14h,
à la bibliothèque du centre ressource

Au 517 (bâtiment sur le site du Vinatier), tous les mardis de 13h à 14h

Bibliothèque

Une bibliothèque est à la disposition des patients, familles et professionnels au sein du centre ressource. Vous y trouverez des articles des livres, des vidéos en rapport avec la réhabilitation et la remédiation cognitive.

Juliette Poiroux, documentaliste webmaster vous y accueillera. Vous pouvez également consulter les ressources sur notre catalogue en ligne :

www.bib.centre-ressource-rehabilitation.org

HORAIRE D'OUVERTURE

de 9h à 12h30
et de 13h30 à 17h,
du lundi au vendredi

Temps d'information collective

Vous êtes usager ? Vous êtes professionnel, partenaire ? Vous êtes parent ou proche ? Vous souhaitez connaître ou en savoir plus sur le SUR-CL3R ?

Nous vous proposons un temps d'informations collectives ouvert à tous une fois par mois
DE 13H45 à 14H45.

TÉMOIGNAGES - VIDÉO - ECHANGES

PROCHAINES DATES :

28 janvier 2019

25 février 2019

25 mars 2019

29 avril 2019

27 mai 2019

24 juin 2019

Comité des usagers

Le comité des usagers est un lieu pour vous exprimer ! Sa forme évolue, avec des rencontres uniquement entre usagers. N'hésitez pas à y participer.

Vous pouvez également proposer vos idées dans les boîtes à idées ou par mail :
comite_usagers_sur@ch-le-vinatier.fr

Enseignement, formation, recherche

Enseignement

Les cours du Diplôme d'université (DU) « remédiation cognitive » et « psychoéducation » ont lieu au sein des salles d'enseignement du centre ressource.

Formation

Les thérapeutes du centre référent pratiquant la remédiation cognitive et la psychoéducation sont maîtres de stage dans le cadre de ces DU.

Des formations aux différents outils de la réhabilitation (remédiation cognitive et éducation thérapeutique) et aux principes du rétablissement sont dispensées régulièrement par les professionnels du centre référent dans le cadre de l'université Lyon 1 ou du centre ressource.

Des stagiaires (étudiants hospitaliers, stagiaires psychologues, stagiaires infirmiers, stagiaires CESF, stagiaires éducateurs, stagiaires ergothérapeutes) sont accueillis et encadrés dans le service.

Recherche

Les professionnels du centre référent sont impliqués dans le développement et la validation scientifique de nouveaux outils d'évaluation et de soins, en particulier des outils de remédiation cognitive. Gaïa et RC2S ont été développés par des professionnels du centre référent. D'autres outils (CRT et SCIT) ont été traduits (en collaboration avec d'autres équipes françaises appartenant au réseau de remédiation cognitive de l'AFRC, dont celles du CH Sainte-Anne et du CHI de Clermont-de-l'Oise) et étudiés scientifiquement par le centre référent. L'impact de la remédiation cognitive sur l'insertion professionnelle est une thématique privilégiée au sein du service.

Des programmes de recherche financés par le PHRC national ont été coordonnés par le centre référent de Lyon. Une cohorte systématique dont le recueil a débuté en 2016 permettra d'évaluer l'impact du dispositif de réhabilitation psychosociale sur la santé publique.

Références

- Brenner HD, Hodel B, Genner R, Roder V, Corrigan PW, Biological and cognitive vulnerability factors in schizophrenia: implications for treatment. *The British Journal of Psychiatry* 1992; Supplement [18], 154-163.
- Demily C, Franck N, Schizophrénie: diagnostic et prise en charge, Elsevier-Masson, Paris, 2013.
- Favrod J, Maire A, Se rétablir de la schizophrénie, Elsevier-Masson, Paris, 2012.
- Franck N, La schizophrénie : la reconnaître et la soigner, Odile Jacob, Paris, 2006.
- Franck N (Ed.), Remédiation cognitive (2ème édition), Elsevier-Masson, Paris, 2017.
- Franck N, Traité de réhabilitation psychosociale, Elsevier-Masson, Paris, 2018.
- Franck N, Entraînez et préservez votre cerveau, Odile Jacob, Paris, 2013.
- Franck N, Duboc C, Sundby C, Amado I, Wykes T, Demily C, et al., Specific vs general cognitive remediation for executive functioning in schizophrenia: a multicenter randomized trial. *Schizophrenia Research* 2013; 147, 68-74.
- Franck N. (Ed.), Cognition sociale et schizophrénie, Elsevier-Masson, Paris, 2014.
- Franck N, Remédiation cognitive dans la schizophrénie. *EMC-Psychiatrie* 2014; 37-820-A-55.
- Franck N, Fromager F, Thibaut F, Prescrire les antipsychotiques, Elsevier-Masson, Paris, 2015.
- Prouteau, Neuropsychologie clinique de la schizophrénie, Dunod, 2011.
- Roder V, Mueller DR, Mueser KT, Brenner HD
Integrated psychological therapy (IPT) for schizophrenia : is it effective? *Schizophrenia Bulletin* 2006; 32 Suppl 1, S81-93.
- Vianin P
Remédiation cognitive pour la schizophrénie : le programme RECOS, Mardaga, Bruxelles, 2013.
- Wykes T, Cognitive Remediation Therapy for Schizophrenia: : Theory and Practice, Routledge, 2006.

Bienvenue au Centre référent de réhabilitation psychosociale et de rémédiation cognitive

Parcours de soins en réhabilitation

Proposition d'accompagnement par le centre référent de réhabilitation psychosociale et de remédiation cognitive :

nom de la prise en charge	Objectifs	Date de début	Nom du référent	Bâtiment

Vos rdv au centre référent de réhabilitation

Médecin référent de réhabilitation :

Coordinateur de parcours :

Les différents rdv :

Le à lieu.....
avec pour

Le à lieu.....
avec pour

Le à lieu.....
avec pour

Le à lieu.....
avec pour

Le à lieu.....
avec pour

Le à lieu.....
avec pour

Le à lieu.....
avec pour

Le à lieu.....
avec pour

Le à lieu.....
avec pour

Le à lieu.....
avec pour

Zoom sur quelques projets pour 2018-2019

Le collectif des Flous Furieux

Des ateliers photos tous les lundi matin, de 9h30 à 12h, ouvert aux usagers qui le souhaitent !

Toutes les photos de ce livret ont été réalisées dans le cadre de cet atelier : merci à tous les photographes !

Crédits photos : @[-_[o°]-]-) Collectif des Flous Furieux - Adrien Vannier | Adrien Lagarde | Laurence Lamy | Marianne Cuomo | Raphael Ramirez | Sarah Jones

avec le soutien de la **Fondation**



Le projet fresque murale

Nous allons pouvoir peindre une grande fresque sur les murs de la copropriété et nous avons besoin de vous pour réaliser ce projet. Un atelier sur 16 séances, de janvier à mai 2019 avec Antonin Rêveur, artiste graffeur, entrecoupé de visites au musée d'art contemporain !

Un projet soutenu dans le cadre de l'appel à projet Eclats d'art



Centre référent en réhabilitation psychosociale
et remédiation cognitive
4, 6, 6bis rue Jean Sarrazin - 69008 Lyon
04 26 73 85 33

Depuis Perrache : direct par le Tramway T2 (arrêt Bachut)

Depuis Part-Dieu : direct par le Tramway T4
(arrêt Etats-Unis Musée Tony Garnier)



@Jérémie Fafournoux (-_[o°]-)-



Sites internet :
www.centre-ressource-rehabilitation.org
www.remediation-cognitive.org
www.ch-le-vinatier.fr