

Être ou ne pas être un atelier thérapeutique ?

E. TRUONG-MINH¹, A. SOUBIGOU², N. ALARCON³,
Hôpital Emile-Roux, AP-HP, Limeil-Brévannes (94)

¹Psychologue, service du Dr Bouillanne, doctorante au laboratoire 2LPN, Université de Lorraine

²Psychologue, services du Dr Bouillanne et du Dr. Motamed, ³Psychologue, service du Dr Henry

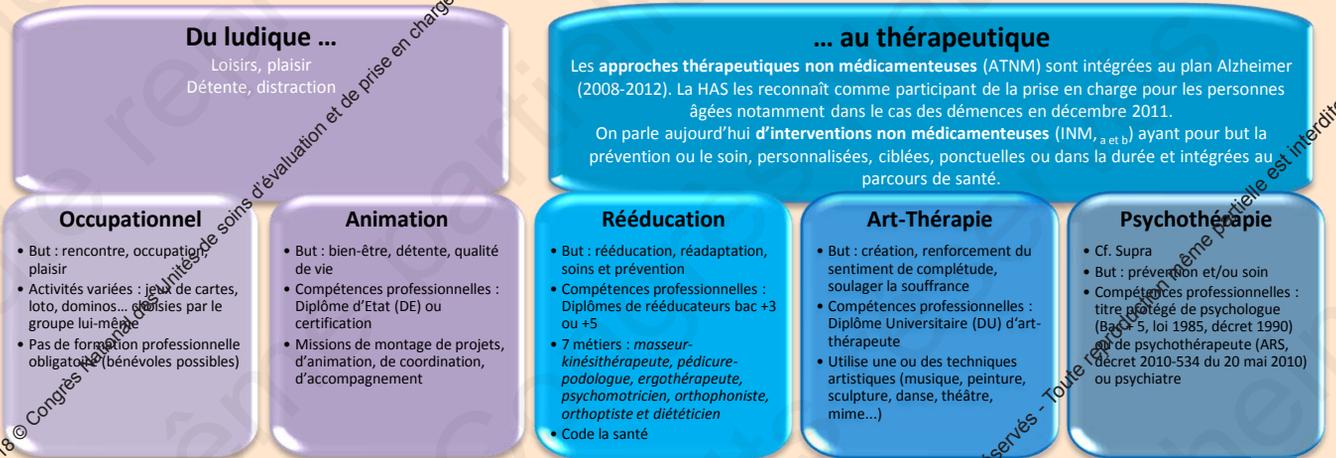
De **nombreuses activités** peuvent être proposées aux adultes âgés par différents professionnels (animateurs, soignants, rééducateurs, psychologues...). Les **outils peuvent être les mêmes**, mais les **objectifs et les compétences professionnelles requises sont différents**. Se pose alors la question :

Être ou ne pas être un atelier thérapeutique ?

Le commun de ces activités...

- ✓ **Approche groupale** : le groupe amène une dynamique d'**être-ensemble** et de partage
- ✓ **Objectif partagé** : améliorer la qualité de vie, le bien-être (sens OMS)
- ✓ **Utilisation d'un média** : activité qui porte le **faire-ensemble**, la réalisation commune pendant le temps d'un groupe
- ✓ **Engagement relationnel** entre professionnel et participants : toujours fortement présent mais de nature et d'intensité différente

...et leurs différences



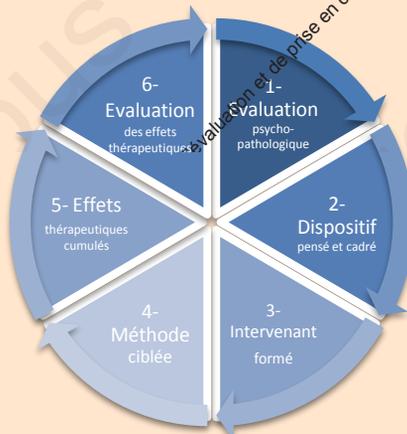
Tous peuvent avoir des vertus thérapeutiques.

Mais, un atelier **psychothérapeutique** ? Qu'est-ce que c'est ?

Un dispositif thérapeutique

- ✓ **Évaluation psychopathologique** : repérage de signes formant la **cible** thérapeutique
- ✓ **Lieu spécifique** : cadre sécurisant et assurant la confidentialité +/- une modalité technique thérapeutique (ex : luminothérapie)
- ✓ **Temporalité spécifique et adaptée aux patients** : durée, fréquence, cadre temporel, nombre de séances
- ✓ **Intervenant formé** à la relation humaine, à la psychopathologie et à, au moins, une modalité de psychothérapie
- ✓ **Méthode thérapeutique ciblée et adaptée** avec ou sans média thérapeutique
- ✓ **Dynamique de groupe** (fermé ou semi-ouvert) comme levier thérapeutique

Un processus



Des objectifs thérapeutiques

- ✓ Aider le patient à **repérer ses difficultés**
- ✓ **Affronter une/des difficultés** dans la réalité, trouver des moyens de les dépasser
- ✓ **Renforcer les ressources** pour l'avenir
- ✓ **Diminuer des angoisses**, diminuer des affects dépressifs
- ✓ Aider à **dépasser un traumatisme** psychique
- ✓ **Diminuer un symptôme** gênant ou limitant le patient dans son potentiel
- ✓ **Arrêter des répétitions** comportementales douloureuses, destructrices
- ✓ **Restaurer des potentialités**
- ✓ Trouver ou **développer de nouvelles potentialités**, de la créativité
- ✓ Travailler des **modalités de coping** ou de **défenses** psychologiques individuelles

Des critères clairs permettent de classer une activité en atelier thérapeutique. Une méconnaissance des particularités des activités amène une **confusion dans les pratiques** de certains professionnels. Mieux comprendre les différences permet de mieux répondre aux **demandes et attentes des adultes âgés, de leur famille et des professionnels.**