



L'INTERVENTION EN ERGOTHÉRAPIE SANTÉ MENTALE

QU'EST-CE QUE L'ERGOTHÉRAPIE?

La vie est composée d'activités ou d'occupations quotidiennes significatives, comme se promener, faire du sport, faire de la peinture, préparer un repas, prendre soin de quelqu'un, travailler, étudier, jouer, sortir avec les amis, etc. Les occupations donnent un sens à la vie et fondent notre identité.

Lorsque qu'une maladie, un handicap, une blessure ou des circonstances sociales ou environnementales, nous empêchent de réaliser des occupations quotidiennes, l'ergothérapeute peut aider à trouver des solutions afin de favoriser la reprise autonome des activités, améliorer la qualité de vie et prévenir la survenue d'autres troubles.

« L'ergothérapie est l'art et la science de faciliter la participation à la vie quotidienne, à travers l'occupation ; l'habilitation des gens à effectuer les occupations qui favorisent la santé et le bien-être ; la promotion d'une société juste et n'excluant personne afin que tous puissent participer de leur plein potentiel aux activités quotidiennes de la vie ».

Townsend & Polatajko, 2007

LA SANTÉ MENTALE

De nos jours la santé mentale prend de plus en plus d'importance. 25% de la population mondiale a des problèmes de santé mentale qui ont un impact sur la vie au quotidien.

Que l'on parle d'anxiété, de dépression, de troubles obsessionnels compulsifs, de phobies, de schizophrénie, de troubles de personnalité, etc. les problèmes de santé mentale peuvent toucher les personnes de tous âges.

L'ergothérapeute fait partie de l'équipe qui travaille avec les personnes atteintes de troubles de la santé mentale. Les divers professionnels collaborent afin d'optimiser les services de soin. L'ergothérapeute aborde les besoins de la personne en fonction de son contexte familial et communautaire dans une perspective unique et holistique, en analysant les interactions entre la personne, ses occupations et son environnement.

IMPACTS SUR LA VIE QUOTIDIENNE

Quelle que soit l'origine de leurs problèmes, ces personnes peuvent éprouver des difficultés à plusieurs niveaux, par exemple :

- ▣ Diminution de la motivation pour réaliser ses soins personnels (*prendre son bain, se brosser les dents, etc.*)
- ▣ Négligence de son apparence
- ▣ Difficultés à gérer son temps
- ▣ Difficultés dans les relations sociales
- ▣ Difficultés à gérer son budget, faire des achats
- ▣ Incapacité à travailler, à poursuivre ses études
- ▣ Perturbation du sommeil
- ▣ Diminution ou augmentation de l'appétit
- ▣ Perte d'intérêt pour réaliser ses loisirs
- ▣ Isolement

