

ACOR-d

Aide à la (re)COstruction d'un projet de soin soutenant le Rétablissement – en période de déconfinement

La crise du Covid-19 a modifié de manière massive et rapide les pratiques de soins en psychiatrie, en particulier ambulatoires. Les soignants ont dû, du jour au lendemain, modifier leurs modes d'accompagnements des personnes en situation de vulnérabilité psychique.

La levée progressive des mesures de confinement prévue à compter du 11 mai est une occasion inédite de repenser de nouvelles organisations pour accueillir en toute sécurité les personnes au sein des structures de soins.

Au cours de la période que nous venons de traverser chaque personne vivant avec des troubles psychiques a réagi de manière différente : certaines ont souffert du manque de contacts sociaux, se sont isolées, ont vu leurs avancées et acquisitions en recul... quand d'autres ont développé de nouvelles ressources.

Quels soins proposer en priorité pour chacun d'entre eux ? Sur quelles bases repartir ? Comment questionner le vécu, les difficultés mais également les ressources nouvelles de chacun afin de les mobiliser ?

Tous ces questionnements sont l'opportunité d'une élaboration partagée d'un nouveau projet de soins soutenant activement le rétablissement.

C'est pourquoi le CRéhab'S des Pays de la Loire propose un outil d'évaluation pouvant servir de trame d'entretien adaptable en fonction du terrain. Il s'inspire de l'Occupational Self Assessment (Baron et al., 2006). Il comporte deux grandes parties : l'une questionnant la situation de déconfinement, comportant un certain nombre de questions ouvertes, et l'autre s'intéressant au fonctionnement et au bien-être des personnes interrogées.

Il ne requiert aucune compétence spécifique pour les soignants.

Vous pouvez choisir de le faire passer dans son entier ou partiellement, en une fois (1h d'entretien) ou plusieurs fois. Il peut être proposé sous la forme d'un entretien individuel, en présentiel ou en visioconférence, voire en petit groupe.

Téléphone : 02 44 76 88 49

Mail : crehabspl@gmail.com



CRéhab'S

Centre Support en soins de réhabilitation
psychosociale des Pays de la Loire

- **Comment allez-vous, comment vous coteriez votre bien être aujourd'hui ?**



- **Qu'est-ce qui vous pose problème aujourd'hui d'une manière générale ?**

- **Qu'est-ce qui vous aide à aller bien aujourd'hui d'une manière générale ?**

SORTIE PROGRESSIVE DU CONFINEMENT

- **Comment abordez-vous la levée progressive du confinement ? Sereinement, stressé, agacé, en joie, tristement, ...**

- **Que ressentez-vous à l'idée de ressortir de chez vous ?**

- **Que ressentez-vous à l'idée de recroiser des personnes en plus grand nombre, dans la rue, dans les magasins, dans les transports en commun, etc... ?**

- **Que ressentez-vous à l'idée de devoir maintenir une distance physique par rapport aux personnes que vous connaissez ?**

- **Que ressentez-vous à l'idée d'être limité dans votre liberté de déplacement et de contact avec les autres ?**

	<p>Etape 1 : Voici des énoncés concernant des choses que vous faites dans la vie de tous les jours. Pour chaque énoncé, cochez la réponse qui correspond au mieux à votre façon de faire. <i>Si un énoncé ne s'applique pas à votre situation, rayez le et passez au suivant.</i></p>	<p>Etape 2 : Pour chaque énoncé, cochez la réponse qui représente l'importance que vous lui accordez.</p>	<p>Etape 3 : Après avoir effectué les étapes 1 et 2, définir quelques priorités dans l'immédiat</p>
--	---	---	---

SORTIE PROGRESSIVE DU CONFINEMENT

	Je le fais avec beaucoup de difficultés	Je le fais avec quelques difficultés	Je le fais bien	Je le fais très bien	Ce n'est pas très important pour moi	C'est important pour moi	C'est très important pour moi	C'est extrêmement important pour moi	J'aimerais changer et être aidé pour ça
Identifier mes ressources en lien avec le stress que peut provoquer le COVID-19									
Gérer mon stress/anxiété en lien avec la levée progressive du confinement									
Prendre en compte et respecter les gestes barrières (lavage des mains, distanciation physique, etc.)									
Porter un masque*									
Revenir sur le lieu de soins									

**Avez-vous des masques et/ou la capacité de vous en procurer ? ; Pensez-vous porter un masque ? ; Savez-vous le mettre correctement ? et l'enlever sans se contaminer ? ; Avez-vous connaissance des modalités de lavage de votre masque s'il est lavable ? ; Qu'est-ce qui peut vous gêner à l'idée de porter un masque ? ; Qu'est-ce qui peut vous gêner à l'idée de ne pas en porter ?*

	Etape 1 : Voici des énoncés concernant des choses que vous faites dans la vie de tous les jours. Pour chaque énoncé, cochez la réponse qui correspond au mieux à votre façon de faire. <i>Si un énoncé ne s'applique pas à votre situation, rayez le et passez au suivant.</i>				Etape 2 : Pour chaque énoncé, cochez la réponse qui représente l'importance que vous lui accordez.				Etape 3 : Après avoir effectué les étapes 1 et 2, définir quelques priorités dans l'immédiat
	Je le fais avec beaucoup de difficultés	Je le fais avec quelques difficultés	Je le fais bien	Je le fais très bien	Ce n'est pas très important pour moi	C'est important pour moi	C'est très important pour moi	C'est extrêmement important pour moi	J'aimerais changer et être aidé pour ça
VIE QUOTIDIENNE, VIE RELATIONNELLE, ACTIVITES									
Gérer la prise des médicaments									
Entretenir l'endroit où j'habite									
Gérer mon budget et mes papiers administratifs									
Prendre soin de mon hygiène corporelle									
Faire mes courses									
Faire mes repas									
Exercer des activités que j'aime (loisirs, activités physiques, ...)									
Gérer mes relations sociales (familles, amis...)									
Avoir une vie sexuelle qui me convienne									

	Je le fais avec beaucoup de difficultés	Je le fais avec quelques difficultés	Je le fais bien	Je le fais très bien	Ce n'est pas très important pour moi	C'est important pour moi	C'est très important pour moi	C'est extrêmement important pour moi	J'aimerais changer et être aidé pour ça
Avoir un rythme de vie structurant/satisfaisant									
M'impliquer comme étudiant, travailleur, bénévole ou membre d'une famille									
MA SANTE PSYCHIQUE									
Avoir connaissance de mon diagnostic									
Reconnaître mes propres symptômes									
Identifier les signes qui me font penser que je vais moins bien									
Connaître et utiliser des ressources médicales/soignantes									
Connaître mon traitement médicamenteux									
Gérer les effets secondaires de mon traitement médicamenteux									
Gérer les consommations (alcool, médicaments, drogues, écran, ...)									
COGNITIONS									
Me concentrer sur mes tâches									
Cerner et résoudre mes problèmes									
Mener à terme ce que je planifie									

	Je le fais avec beaucoup de difficultés	Je le fais avec quelques difficultés	Je le fais bien	Je le fais très bien	Ce n'est pas très important pour moi	C'est important pour moi	C'est très important pour moi	C'est extrêmement important pour moi	J'aimerais changer et être aidé pour ça
Me rendre à l'endroit où je dois aller									
Me rappeler de ce que je dois faire									
Prendre des décisions à l'égard des choses que je juge importantes									
Me motiver et me mettre en action									
Comprendre les consignes									
Reconnaitre les émotions des autres personnes									
Me mettre à la place des autres, voir les choses du point de vue des autres									
Nuancer et relativiser mes interprétations dans mes relations avec les autres									
Capacité à prendre du recul et tenir compte du contexte avant de tirer une conclusion hâtive									
RETABLISSEMENT									
Vivre avec mon trouble psychique									
(Re)prendre le contrôle sur mon trouble									

	Je le fais avec beaucoup de difficultés	Je le fais avec quelques difficultés	Je le fais bien	Je le fais très bien	Ce n'est pas très important pour moi	C'est important pour moi	C'est très important pour moi	C'est extrêmement important pour moi	J'aimerais changer et être aidé pour ça
Avoir confiance en moi									
Avoir confiance en les autres									
Me (ré)engager dans mon parcours de vie									
Atteindre mon autonomie et ma liberté									
Avoir le choix de mes décisions									

