

Séjours thérapeutiques et animations

La Fondation Domus est une institution de réhabilitation psychosociale. Sa mission se décline en deux points :

- 1. Offrir un accompagnement individualisé axé sur le développement des capacités de la personne, de son autonomie et sur l'adaptation de l'environnement.**
- 2. Offrir un lieu de vie et de soin, ainsi que des activités adaptées à des personnes qui présentent des troubles psychiques chroniques avec ou sans troubles somatiques associés.**

Selon le Prof. N. Franck, *la réhabilitation psychosociale désigne des pratiques et une posture qui promeuvent les capacités à décider et à agir des personnes ayant des troubles [...] [psychiques]. Elle a pour enjeu de favoriser le rétablissement personnel et l'inclusion sociale de ces personnes, en tenant compte de la nature et de la complexité de leurs difficultés et de leurs besoins, en s'appuyant sur leurs capacités préservées et en respectant leurs choix.*¹

Le concept institutionnel de la Fondation Domus précise que l'accompagnement qui y est dispensé s'inscrit dans une approche généraliste de la réhabilitation psychosociale qui considère l'être humain dans son ensemble.

L'objectif global de la réhabilitation psychosociale est de soutenir les personnes qui présentent une maladie psychique pour qu'elles puissent vivre la vie de leur choix, tant au niveau de leurs activités, de leurs relations sociales que de leur lieu de vie. Comme chaque personne a des capacités, des besoins et des désirs particuliers, le processus de réhabilitation psychosociale est individualisé.

L'institution cherche ainsi à favoriser la possibilité pour la personne accompagnée de vivre une vie épanouissante et satisfaisante selon ses propres critères. Les notions d'espoir, d'autodétermination et d'épanouissement personnel sont centrales dans ce processus².

Pour accomplir sa mission, la Fondation Domus a mis en place différents outils, comme les ateliers thérapeutiques ou socio-professionnels, le suivi infirmier et un accompagnement socio-éducatif spécifique. Parmi ces outils, se trouvent également les séjours thérapeutiques et les animations.

¹ Franck, N. (dir.), (2018). *Traité de réhabilitation psychosociale*. Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson, p. 1.

² Cnaan, R. A. et al. (1988). Psychosocial Rehabilitation: Toward a Definition. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, vol 11 (4), p. 61-77.

Qu'est-ce qu'un séjour thérapeutique ?

En sociothérapie, le séjour thérapeutique est considéré comme un soin³. Dans le cadre d'un processus de réhabilitation psychosociale, on parlera plutôt d'un outil. Le séjour thérapeutique répond à une indication médicale ou socio-éducative. Il s'inscrit dans un projet de suivi et répond à des objectifs spécifiques. Il fait l'objet d'une préparation en amont avec les résidents et contribue à l'accompagnement dispensé tout au long de l'année.

Le séjour thérapeutique se déroule hors de l'institution, dans un lieu qui répond aux besoins des personnes accompagnées et aux objectifs spécifiques du séjour. La durée du séjour varie en fonction des mêmes critères, tout comme le type et le nombre d'accompagnants : éducateurs, infirmières, ASSC, maîtres socioprofessionnels ou thérapeutes.

Les objectifs centraux des séjours thérapeutiques sont multiples. Les séjours servent notamment à (liste non exhaustive) :

- Préserver, renforcer ou développer des compétences sociales
- Entrer dans un processus de transformation
- Lutter contre la chronicisation de la maladie
- Prendre conscience et surmonter l'auto-stigmatisation
- Développer une image positive de soi-même
- Préserver, renforcer ou développer son autonomie
- Préserver, renforcer ou développer ses compétences cognitives
- Mobiliser son corps
- Stimuler ses capacités d'expression
- Ressentir du plaisir, se ressourcer
- Préserver, renforcer ou développer ses capacités d'adaptation
- Se rapprocher de la vie de la cité
- Se réaliser

Les séjours thérapeutiques sont ainsi des outils de choix pour l'entraînement des habiletés sociales⁴ qui est au centre de tout processus de réhabilitation psychosociale. En effet, les déficits des patients psychiatriques en matière de compétences sociales peuvent aggraver leurs symptômes qui, couplés à une incapacité fonctionnelle de longue durée, menacent leur aptitude à se prendre en charge et à faire face au stress quotidien.

Les séjours thérapeutiques permettent également aux accompagnants d'observer les personnes accompagnées dans un contexte autre qu'institutionnel. Ces observations sont précieuses pour évaluer les ressources et les limitations des personnes accompagnées dans la société. Elles peuvent servir de base pour adapter au mieux l'accompagnement dispensé tout au long de l'année au sein de l'institution. Les séjours permettent de sortir de la routine institutionnelle et d'envisager de nouvelles approches.

³ Pignol, P (1998). *Les Séjours sociothérapeutiques. Un Guide d'accompagnement du psychotique*. Québec : Gaëtan Morin Editeur.

⁴ Favrod, J., Barrelet, L. (1993) Efficacité de l'entraînement des habiletés sociales avec les personnes atteintes de schizophrénie. *Journal de thérapie comportementale et cognitive*, pp. 84-94

Lieux et durées des séjours thérapeutiques

Le cadre du séjour thérapeutique, lieu et durée, varie en fonction des objectifs spécifiques de chaque séjour. Ainsi, un séjour qui a pour objectifs spécifiques la détente et le ressourcement se déroulera-t-il dans un lieu propice au repos. Alors qu'un séjour dédié à l'activité physique et au dépassement de soi pourra se faire en itinérance.

La durée varie elle aussi de deux à quinze jours en fonction des objectifs spécifiques. Elle est adaptée aux capacités des personnes accompagnées.

Séjours ateliers socio-professionnels et thérapeutiques

Les ateliers socio-professionnels proposent également des séjours dont les objectifs spécifiques sont directement en lien avec les objectifs de l'atelier. Ces séjours sont un outil pour développer de nouvelles compétences professionnelles et renforcer la cohésion de l'équipe.

Les ateliers thérapeutiques organisent des séjours qui permettent de travailler en profondeur un objectif thérapeutique spécifique, comme par exemple la gestion des émotions, les modes relationnels ou la conscience corporelle. Ce travail intensif sur plusieurs jours permet aux participants de franchir des étapes plus rapidement que lors d'un suivi thérapeutique à raison de quelques heures par semaine. Le changement de cadre offre une rupture avec le quotidien propice au changement et à l'évolution de la personne.

Les séjours mixtes, ateliers socio-professionnels et ateliers thérapeutiques permettent de travailler à la fois les compétences métiers et un ou deux objectifs thérapeutiques en lien avec les besoins de l'équipe de travailleurs : adéquation relationnelle, écoute et compréhension de l'autre ou psychomotricité en sont quelques exemples.

Accès aux loisirs, une question de droit

La découverte, le ressourcement et le plaisir font de fait partie intégrante des séjours thérapeutiques. En ceci, ils répondent à la Convention de l'ONU sur les droits des personnes handicapées⁵ qui reconnaît notamment que la vie culturelle et récréative, les loisirs et les sports doivent être accessibles aux personnes handicapées. Ainsi, l'Art. 30, alinéa 5 de la Convention stipule que :

Afin de permettre aux personnes handicapées de participer, sur la base de l'égalité avec les autres, aux activités récréatives, de loisir et sportives, les Etats Parties prennent des mesures appropriées pour [...] faire en sorte que les personnes handicapées aient accès aux lieux où se déroulent des activités sportives, récréatives et touristiques [...]

Certaines associations comme Procap proposent une offre touristique accessible aux personnes avec un handicap. Cependant, ces offres s'adressent généralement à des personnes avec un profil de handicap différent des résidents de la Fondation Domus.

En effet, pour qu'ils puissent profiter d'un séjour hors de l'institution, la plupart des résidents doivent être encadrés par des professionnels de la psychiatrie qui savent gérer une médication souvent complexe et des comportements parfois inappropriés. De plus, le changement de lieu et d'habitudes qu'engendre un séjour peut, dans un premier temps, se révéler anxiogène pour nombre de résidents. Le fait d'être accompagné par des personnes connues les rassure et les

⁵ Cf. Texte original de la Convention relative aux droits des personnes handicapées.

aide ainsi à gérer leur anxiété. C'est donc un facteur primordial pour assurer la sécurité et le bien-être des personnes accompagnées.

Animations

A côté des séjours thérapeutiques et des séjours des ateliers socio-professionnels, la Fondation Domus propose aux personnes accompagnées diverses animations tout au long de l'année.

Les animations ont en premier lieu un objectif récréatif et culturel. Elles répondent ainsi, tout comme les séjours thérapeutiques, aux besoins fondamentaux 12 à 14 identifiés par Virginia Henderson :

12. *Le besoin de s'occuper et de se réaliser (activités créatrices et de loisirs, estime de soi)*

13. *Le besoin de se recréer (animation du corps et de l'esprit, se détendre et se cultiver)*

14. *Le besoin d'apprendre (évoluer et s'adapter)*⁶

Elles se déroulent soit dans les foyers, soit à l'extérieur. Lorsqu'elles se déroulent hors des foyers, les animations permettent, comme les séjours thérapeutiques, d'évaluer les capacités des résidents dans un contexte social normal. Elles sont aussi l'occasion d'entraîner les habiletés sociales *in vivo*, dans la « vraie vie ».

Inclusion pour mot d'ordre

L'inclusion des personnes avec des troubles psychiques est un des mots d'ordre de la réhabilitation psychosociale dont la Fondation Domus a fait son concept. Elle présuppose l'accessibilité aux infrastructures de la cité et la participation et l'intégration pleines et effectives à la société des personnes avec handicap. Ces principes fondent également la Convention relative aux droits des personnes handicapées, comme le stipule l'Art. 3, aux alinéas c) et f) des *Principes généraux*.⁷

Les principes de la présente Convention sont : [...]

c) la participation et l'intégration pleines et effectives à la société; [...]

f) l'accessibilité; [...]

Les séjours thérapeutiques et les animations proposés par la Fondation Domus sont des outils majeurs d'inclusion sociale⁸. De fait, ils permettent aux personnes accompagnées d'évoluer dans les mêmes espaces que tout un chacun et de vivre des expériences similaires.

⁶ Henderson, V. (1994). *La Nature des soins infirmiers*. Paris : InterEditions.

⁷ Cf. Texte original de la Convention relative aux droits des personnes handicapées

⁸ Dumez, F. (2002). Les Vacances des personnes handicapées. *Informations sociales*. 100. pp. 96-103

Bibliographie

- Anthony, W., Cohen, M., Farkas, M., Gagne, C. (2004). *La réhabilitation psychiatrique*. Charleroi : Socrate Éditions Promarex.
- Aymé, J. (2001). Histoire et actualité des séjours thérapeutiques. *Information psychiatrique*. N° 6. pp 580-583.
- Barat, E. (2009). La prise de risque dans l'élaboration d'un projet de court séjour thérapeutique. *Soins cadres*. N° 69. pp. 16-17.
- Caro, P. (2001). Le point de vue des infirmiers sur les séjours thérapeutiques. *Information psychiatrique*. N°6. pp 584-587.
- Cnaan, R. A. et al. (1988). Psychosocial Rehabilitation: Toward a Definition. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, vol 11 (4), pp. 61-77.
- Dumez, F. (2002). Les Vacances des personnes handicapées. *Informations sociales*. N° 100. pp. 96-103
- Favrod, J., Barrelet, L. (1993). Efficacité de l'entraînement des habiletés sociales avec les personnes atteintes de schizophrénie. *Journal de thérapie comportementale et cognitive*.
- Franck, N. (dir.). (2016). *Outils de la réhabilitation psychosociale*. Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson
- Franck, N. (dir.), (2018). *Traité de réhabilitation psychosociale*. Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson
- Henderson, V. (1994). *La Nature des soins infirmiers*. Paris : InterEditions.
- Henry, F. (2002). Séjours de vacances. *Objectif soins*. N°110. pp 19-20.
- Lecomte, T. (Dir.). (2012). *Manuel de réadaptation psychiatrique (2^{ème} éd.)*. Québec : Presses universitaires du Québec.
- Lieberman, R. P. (Ed.) (1991). *Réhabilitation psychiatrique des malades mentaux chroniques*. Paris : Masson.
- Pignol, P. (1998). *Les Séjours sociothérapeutiques. Un Guide d'accompagnement du psychotique*. Québec : Gaëtan Morin Editeur.
- Touzet, P. (2002). Le séjour thérapeutique. *Soins psychiatrie*. N° 274 (mai-juin).
- Vidon, G. (Ed.) (1995). *La réhabilitation psychosociale en psychiatrie*. Paris : Éditions Frison-Roche.
- La réhabilitation psychosociale* (1991). Soins psychiatrie, 125.