

QU'EST-CE QUE LA REHABILITATION EN PSYCHIATRIE ?

Si vous souffrez de troubles psychiques graves, ou durables, l'ensemble des activités de **REHABILITATION** peut vous apporter un soutien et **renforcer** vos savoir-être, vos compétences, vos habiletés pour vous aider à retrouver une autonomie satisfaisante dans votre vie. Ces activités seront coordonnées selon un projet individualisé pour soutenir le processus de votre **RETABLISSEMENT**.

La prise en charge en réhabilitation s'attache à renforcer le rétablissement par une approche globale favorisant votre participation active. Nos interventions veillent à susciter et entretenir l'**espoir**, favorisent votre **auto-détermination** (c'est à dire votre prise de responsabilité ou le sentiment d'avoir un contrôle sur les décisions prises), et soutiennent le **processus d'évolution identitaire** souvent suscité par le bouleversement de votre vie par la maladie.

La **démarche de réhabilitation** peut être proposée à tout stade de votre parcours de soin : hospitalisation, hôpital de jour (HDJ), centre d'activités thérapeutiques à temps partiel (CATTP) ou consultations (CMP). Quatre domaines d'intervention peuvent vous être proposés :

- L'amélioration du contrôle des symptômes et des facteurs favorisant les rechutes,
- Le développement ou le réentraînement de capacités pratiques non acquises ou perdues,
- Les démarches concourant à votre réinsertion sociale (logement, études, emploi, loisirs, ...),
- Les démarches favorisant l'évolution identitaire et le rétablissement.

Les outils présentés dans ce guide ont chacun leur rôle dans ces quatre domaines : **remédiation cognitive**, **éducation thérapeutique**, **psychothérapie**, **aide à la réinsertion et à l'autonomie**.

SI VOUS SOUHAITEZ BENEFCIER DE LA REMIATION COGNITIVE :

**Parlez-en à votre psychiatre référent et
aux professionnels impliqués dans vos
soins**

Si vous souhaitez plus d'informations sur les programmes :

Contact du Programme CRT

Mme Cindy MESSAOU, neuropsychologue
Mme Anne LAVIGNE, ergothérapeute

Contact du Programme IPT

Site Neuilly :

Mme Cindy MESSAOU, neuropsychologue

Site Rueil :

Mme Marie-Thérèse LAURENT,
ergothérapeute

Contact du Programme RECOS (site Rueil)

Mme Aude PERETO, ergothérapeute

Contact du Programme MCT (site Rueil)

Mme Charlotte HEINRICH, neuropsychologue

Secrétariat CMP Neuilly : 01 83 75 75 50

Secrétariat CMP Rueil : 01 41 39 29 15



PROGRAMMES DE REMIATION COGNITIVE



**Etablissement de Santé Mentale
M.G.E.N**

**2, rue du Lac
92500 RUEIL-MALMAISON**

**18 boulevard de l'hôpital Stell
92500 RUEIL-MALMAISON**

**40 rue du pont
92200 NEUILLY s/ SEINE**

QU'EST-CE QU'UNE FONCTION COGNITIVE ?

Les **fonctions cognitives** regroupent les capacités telles que l'**attention**, la **mémoire** ou les capacités d'**organisation** qui sont nécessaires à chacun pour la réalisation des tâches de tous les jours.

Elles nous permettent d'acquérir de nouvelles connaissances, de trouver des solutions au quotidien, d'anticiper nos projets. Elles sont aussi essentielles dans les interactions avec les autres et la compréhension de leurs intentions.

-Vous n'arrivez plus à lire actuellement ?

Est-ce lié à votre concentration ou à votre mémoire ?

-Vous manquez vos rendez vous ?

La difficulté est elle liée à votre mémoire ou à votre planification ?

-Vos échanges avec vos amis, votre entourage ne sont pas satisfaisants pour vous ?...

C'est à travers un **bilan cognitif** réalisé par un/e neuropsychologue que nous pouvons vous aider efficacement. Il permet de faire le point sur vos capacités, d'identifier vos points forts et les éventuels points pouvant être améliorés.

A la suite de cette évaluation un **PROGRAMME DE REMEDIATION COGNITIVE** adapté pourra ainsi vous être proposé afin de vous réentraîner.



CRT

Principal objectif : développer de façon générale vos capacités cognitives (mémorisation, planification et adaptation aux nouvelles situations).

Durée : 2 séances d'1 heure/semaine pendant 3 à 4 mois.

Modalités : en individuel, exercices papier/crayon.



RECOS

Principal objectif : développer de façon ciblée certaines fonctions cognitives définies ensemble.

Durée : 2 séances d'1 heure/semaine pendant 3 à 4 mois, accompagnées d'un travail à domicile d'une heure environ.

Modalités : en individuel sur support papier et informatique.



IPT

Principal objectif : Améliorer la communication et la relation aux autres afin d'aider à la résolution des problèmes de la vie quotidienne.

Durée : 2 séances d'1h / semaine pendant 3 à 4 mois pour 1 module.

Modalités : en groupe de 4 à 6 personnes.



MCT

Principal objectif : rendre conscient nos mécanismes de pensées afin de pouvoir répondre différemment aux situations du quotidien.

Durée : 2 séances /semaine pendant 2 mois.

Modalités : en groupe de 3 à 10 personnes (possibilité en individuel).

- ***Vous souhaitez de l'aide pour réaliser plus facilement vos projets ou simplement les tâches de la vie quotidienne ?***

L'un de ces deux programmes (**CRT** ou **RECOS**) pourra vous permettre d'améliorer vos capacités cognitives et favoriser vos chances de réussite (autonomie, études, travail...)

- ***Vous souhaitez améliorer votre communication et votre capacité à entrer en relation ?***

Le programme IPT vous aidera à expérimenter des situations rencontrées au quotidien.

Un travail particulier au niveau du langage et de la reconnaissance des émotions vous permettra d'affiner votre communication et facilitera le décodage des interactions sociales.

Il se scinde en deux modules (1.2.3 et 4.5.6) qui peuvent vous être proposés séparément.

- ***Nos pensées peuvent nous jouer des tours. Elles impactent nos décisions, notre façon d'agir et nos interactions avec les autres.***

Le programme **MCT** est un groupe d'entraînement qui vise à comprendre comment fonctionne notre pensée. A l'aide de jeux interactifs et divertissants, il vous permettra de repérer et de déjouer les erreurs d'interprétation du quotidien.