

Utilisation d'outils spécifiques:

- Thérapies cognitives et comportementales
- Jeux Comète
- Echelles psychométriques
- Jeux de rôle
- Photo langage
- Méta plan
- Malette Equilibre
- Activité physique adaptée
- Mindfulness (Méditation en pleine conscience)



L'OMS définit les compétences psychosociales comme « la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne (...) les compétences psychosociales ont un rôle important dans la promotion de la santé et du bien-être physique, mental et social ».

CH MONTPERRIN
PÔLE OUEST (DR ANDRIEU)
SERVICE DR GUERRA

Pouvoir-Agir

Education thérapeutique du patient

Troubles anxieux graves

MÉDECIN:FERNANDEZ JULIEN
PSYCHOLOGUE:LAPIERRE ANAIS
PHARMACIEN:BOUDARD AURELIE
ASSISTANTE SOCIALE:MARASCIA KARINE
INFIRMIERE:FLEURY CATHERINE
COORDONNATEUR:CABELLA ERIC (INFIRMIER)
CMP CARABELLI



0442283451

Pouvoir-Agir

Education thérapeutique du patient Troubles anxieux graves

Ce programme s'inclut dans l'offre globale d'éducation thérapeutique du patient de l'établissement. Il sera proposé par notre équipe soignante à tout patient stabilisé en transversalité (tous les troubles psychiatriques) présentant un trouble anxieux grave afin de mieux appréhender et connaître sa pathologie .

Il a été construit pour favoriser l'habileté et les compétences psycho sociales de ces derniers.

Les buts de ce programme sont de trouver et d'appliquer des solutions aux problèmes concrets du quotidien et de permettre aux usagers en-dehors de l'univers psychiatrique une amélioration des compétences psycho sociales suivantes : Reconnaissance et gestion des émotions, résolution de problèmes, affirmation de soi, rapport aux autres, estime de soi (valeurs). Ainsi, l'application de ce programme a pour but d'augmenter les facteurs de protection , de favoriser les stratégies de coping adaptées (limiter les comportements à risque) et d'augmenter leur qualité de vie.

Programme

Thème I Présentation des troubles anxieux et pharmacologie

Séance 1 : Symptomatologie des troubles anxieux (2 heures 30)

Séance 2 : Comorbidités (2 heures 30)

Séance 3 : Traitements (2 heures 30)

Thème II Prise en charge psychothérapeutique des troubles anxieux (techniques éducatives d'auto-soin)

Séance 4 : Travail sur la reconnaissance et gestion des émotions (2 heures 30)

Séance 5 : Travail sur l'estime de soi (2 heures 30)

Séance 6 : Travail sur la résolution de problèmes (2 heures 30)

Séance 7 : Travail sur l'affirmation de soi (2 heures 30)

Séance 8 (optionnelle) : Séance famille (2 heures 30)

Thème III Mise en pratique « Agir »

Séance 9 : Bien être « Activité physique adaptée et règles hygiéno-diététiques »(2heures 30)

- Orientation sur prescription médicale
- Bilan d'entrée
- Bilan début de programme
- Bilan fin de programme
- Bilan à 6 mois
- Possibilité de séances complémentaires en fonction de l'évaluation

