



## Côté métier

### ERGOTHÉRAPEUTE EN SANTÉ MENTALE

#### Rencontre avec les ergothérapeutes de l'EPSM 74

**VOTRE MÉTIER ?** Les ergothérapeutes sont des professionnels de santé paramédicaux, spécialisés dans la réadaptation, l'adaptation et l'intégration sociale des personnes en situation de handicap. Pour exercer le métier d'ergothérapeute, il est nécessaire d'avoir un diplôme d'état, qui s'obtient à la suite de 3 années d'études.

Nos missions générales sont d'évaluer, maintenir et/ou développer l'autonomie, l'indépendance et le pouvoir d'agir des patients. Pour chaque patient suivi, nous élaborons des objectifs personnalisés, comme par exemple acquérir une meilleure estime de soi, être capable de prendre des initiatives, améliorer la capacité à identifier et exprimer ses émotions, entretenir les capacités cognitives, respecter un cadre et les normes sociales, ou encore gérer sa frustration.

Pour cela, nous utilisons diverses activités thérapeutiques. En effet, « ergo » signifie activité (ergon en grec = « faire, agir, travailler »). C'est donc une thérapie par et pour l'activité. Nous proposons donc aux patients différentes activités thérapeutiques (en groupe ou en individuel), qu'elles soient artisanales, artistiques, ludiques ou encore de la vie quotidienne. Chaque activité est choisie avec le patient afin qu'il donne du sens dans ce qu'il entreprend et qu'il soit acteur de sa prise en charge.

Nous sommes chacune rattachées à un ou plusieurs services de l'intra-hospitalier, et sommes pour certaines également présentes en extra-hospitalier et dans les équipes mobiles.

Enfin, nous assurons également la gestion, l'entretien et la délivrance de nombreuses aides techniques, comme les fauteuils roulants, les coussins de positionnement, aides techniques au repas etc. dans l'objectif d'optimiser l'autonomie des patients et de prévenir d'éventuelles complications musculo-squelettiques, trophiques et cutanées.

**QU'APPÉCIEZ-VOUS DANS VOTRE MÉTIER ?** Le métier d'ergothérapeute demande une grande adaptabilité et une créativité à toute épreuve ! Nous bénifions également d'un lien privilégié avec les patients. En effet, l'atelier d'ergothérapie est un lieu à part (entière), hors du service. Les patients peuvent ainsi, pour un temps, explorer leur créativité, être acteurs de leur prise en charge, trouver un moyen d'expression autre que verbal et ainsi se positionner en tant qu'individu singulier dans un cheminement qui lui est propre.

Lorsque les mots sont trop difficiles à trouver, c'est parfois à travers l'activité que le patient parvient au mieux à s'exprimer. L'atelier d'ergothérapie est également le lieu où, de manière consciente ou non, le patient va développer certaines capacités, comme la créativité, l'accès au symbolisme, la demande d'aide, le maintien de l'attention ou encore sa tolérance à la frustration. Enfin, nous apprécions également le travail pluridisciplinaire, en étant quotidiennement en lien avec l'équipe médicale et paramédicale, certaines que cette façon de travailler apporte une grande richesse, une complémentarité et un ajustement optimal dans la prise en charge du patient.

**POURQUOI L'AVOIR CHOISI ?** Nous avons toutes choisi ce métier car il offre une multiplicité incroyable de champs d'action dans le soin à la personne, évitant ainsi tout risque de routine ou de lassitude. Le métier d'ergothérapeute offre un cadre d'exercice très large à la fois dans le lieu (soins en santé mentale, rééducation, réhabilitation, etc...) mais également dans la population de patients (du nouveau-né à la personne âgée). Ce métier est important pour nous pour ses rapports humains. En effet, il nous permet de nous intéresser à l'autre, au patient, et de réfléchir avec lui à sa façon de vivre et ce qu'il pourrait améliorer dans son quotidien. Le fait d'utiliser différentes médiations à des fins thérapeutiques met en avant l'idée que l'expression artistique puisse être un moyen, pour le patient, d'exprimer ce qu'il n'arrive pas à dire et d'avancer ainsi sur son chemin de guérison tout en s'investissant dans une activité qui a du sens pour lui.

