

# Concept d'accompagnement

*Dans ce document, le genre masculin est utilisé comme générique dans le seul but de ne pas alourdir le texte.*

Faire une pause pour mieux repartir... en 3 étapes

## S'arrêter

Prendre de la distance et stabiliser l'état psychique

Se poser  
Retrouver un rythme  
Se ressourcer  
S'exprimer

## Choisir

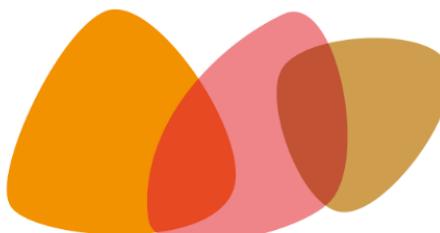
Travailler sur soi et donner du sens

Comprendre  
Créer  
Se divertir

## Repartir

Préparer le retour à domicile ou le nouveau projet de vie

Vivre ensemble  
S'autonomiser  
Anticiper la crise  
Se remettre en route



Le concept du Rétablissement représente la ligne de conduite et l'engagement de l'ensemble des collaboratrices et collaborateurs de la Maison Béthel. Les dimensions de l'espoir et de l'autodétermination sont au cœur du concept avec une attention particulière portée à la dimension spirituelle.

L'accompagnement à la Maison Béthel revêt trois aspects essentiels :

- ♦ les soins en santé mentale,
- ♦ le travail socio-éducatif,
- ♦ la spiritualité.

## Le concept du Rétablissement

Le Rétablissement est avant tout un processus de transformation intérieure de l'individu basé sur l'expérience de sa maladie et de sa façon de retrouver ce qu'il nomme subjectivement sa santé et qui «s'amorce par l'acceptation du trouble mental, le désir et la motivation d'effectuer des changements et l'espoir que procurent les ressources spirituelles ou les personnes perçues comme des modèles» (Young et Ensing, 1999, cité par Provencher, 2002).

Le Rétablissement fait appel aux ressources intérieures de la personne et sa capacité à les mettre en œuvre.



## **Etapes et dimensions**

Différentes étapes ont été proposées par les auteurs dans le cheminement vers le rétablissement :

- ♦ **Le moratoire** : la personne est anéantie, croit que les symptômes et la maladie contrôlent sa vie. Elle n'a plus d'espoir, se sent impuissante et est envahie par la souffrance. Les interventions thérapeutiques vont alors viser à diminuer la détresse émotionnelle.
- ♦ **La conscience** : la personne remet en question le pouvoir du trouble mental sur sa vie et commence à cheminer vers un allègement de sa souffrance et une vie meilleure. Les interventions thérapeutiques auront pour but d'aider la personne à oser prendre des risques et l'encourager à reprendre du pouvoir sur sa vie.
- ♦ **La préparation** : la personne commence à reprendre confiance en ses propres capacités, elle est animée par une volonté de changement et décidée à agir pour l'amélioration des symptômes de sa maladie. Les interventions thérapeutiques aident la personne à identifier ses ressources, ses forces et ses faiblesses, tout en renforçant son autonomie à exprimer ses besoins.
- ♦ **La reconstruction** : la personne se réapproprie le pouvoir sur sa vie et prend ses responsabilités dans la gestion de sa maladie. Elle doit accepter de prendre des risques mais aussi assumer les échecs éventuels. Les intervenants thérapeutiques la soutiennent dans son cheminement pour retrouver une identité positive.
- ♦ **La croissance** : la personne connaît les symptômes de sa maladie, peut les gérer, les anticiper. Elle a confiance en elle, se sent différente, grande, et est tournée vers le futur. Le réseau thérapeutique est alors un «partenaire» dans le maintien de cette identité positive.

## **Nos valeurs**

L'accueil des personnes qui viennent en séjour à la Maison Béthel se fonde sur des valeurs d'éthique chrétienne, selon la charte de la Fondation Praz-Soleil et sa volonté de **«créer les conditions pour que la personne accueillie puisse être actrice de sa vie en y donnant du sens, de manière à mobiliser ses propres compétences, assumer ses responsabilités et définir son lien au monde.»**

Le respect de chacun dans sa dignité et son intégrité personnelle est fondamental, aussi bien que l'acceptation de chaque individu quelles que soient ses croyances et ses différences.

Le processus du Rétablissement est porté par quatre dimensions différemment nommées selon les auteurs.

Nous avons choisi pour la Maison Béthel, celles décrites par H. Provencher (2002) :

- ♦ Espoir
- ♦ Redéfinition du soi
- ♦ Empowerment
- ♦ Relation aux autres

A la Maison Béthel, l'accompagnement selon le concept du Rétablissement et avec pour fil rouge le principe d'autodétermination vise à...

- ♦ Rendre sa vie intéressante et satisfaisante avec ou sans symptômes
- ♦ Se détourner de la maladie pour se concentrer sur ses forces et ressources
- ♦ Retrouver de l'espoir par le biais du pouvoir d'agir
- ♦ Être autonome dans la gestion de sa maladie
- ♦ Maintenir l'inclusion dans la communauté
- ♦ Recouvrer une identité positive en dehors de la maladie
- ♦ Cheminer en partenariat avec les intervenants vers la découverte de soi



Par une attitude tournée vers la bienveillance et l'écoute et grâce à un haut niveau de compétences, le personnel de la Maison Béthel s'engage à accompagner chaque bénéficiaire de soins en considérant le rythme et les étapes du Rétablissement qui sont les siens.

Par ailleurs, la Maison Béthel s'oppose à toute mesure de contrainte dans les soins.

## Notre manière de considérer les bénéficiaires de soins

Le bénéficiaire de soins est considéré comme un **partenaire** et valorisé dans sa globalité avec ses forces et ses limites.

La prise en compte de sa réalité et de son quotidien est essentielle, dans le but de faire émerger des ressources face aux situations ou émotions qu'il juge parasites dans son fonctionnement, mais également des pistes de réflexion sur ses comportements passés, actuels ou à venir, dans le but de pouvoir les modifier si nécessaire.

### Le but de l'accompagnement

Les objectifs de soins à la Maison Béthel, basés sur le concept du Rétablissement, sont centrés sur le bien-être global des individus et visent à favoriser l'autonomie, l'estime de soi, la réintégration sociale et la capacité à vivre une vie épanouissante malgré les défis de la maladie mentale. Voici quelques objectifs de soins spécifiques :

#### Encourager l'auto-détermination

Nous visons à encourager les personnes à être actrices de leur propre rétablissement. Cela implique de reconnaître leurs choix, leurs préférences et leurs objectifs personnels en matière de traitement et de plan de rétablissement. En impliquant activement les bénéficiaires dans la prise de décision concernant leur santé mentale, nous renforçons leur estime de soi et leur sentiment de contrôle sur leur vie.

#### Développer les compétences de gestion

Nous mettons l'accent sur l'acquisition de compétences de gestion de la santé mentale. Cela peut inclure des compétences en résolution de problèmes, en gestion du stress, en communication interpersonnelle et en gestion des émotions. En renforçant ces compétences, les individus sont mieux équipés pour faire face aux défis quotidiens et pour prévenir les rechutes.

#### Favoriser l'inclusion sociale

Les personnes vivant avec des problèmes de santé mentale peuvent faire face à l'isolement social et à la stigmatisation. Nous cherchons à créer un environnement bienveillant où les bénéficiaires peuvent se connecter avec d'autres personnes partageant des expériences similaires. Les activités sociales et les programmes de groupe permettent de développer un réseau de soutien essentiel à leur rétablissement.

#### Soutenir la gestion des symptômes

L'objectif est ici d'aider les personnes à mieux gérer leurs symptômes de maladie mentale, qu'il s'agisse de dépression, d'anxiété, de troubles bipolaires ou d'autres conditions.

Nous sommes attentifs au rythme de chacun dans sa recherche de développement, écartant tout jugement pouvant freiner le processus de rétablissement.

Notre regard se porte donc vers la singularité et l'identité de chacun pour ainsi pouvoir échanger et développer des stratégies ciblées autour des objectifs thérapeutiques posés.

Les soins personnalisés incluent des approches thérapeutiques adaptées, telles que la thérapie cognitivo-comportementale, l'art-thérapie ou d'autres techniques appropriées.

#### Encourager l'engagement communautaire

Nous encourageons les bénéficiaires de soins à s'engager activement dans leur communauté, et à participer à des activités locales, à du bénévolat ou à des projets qui correspondent à leurs intérêts et à leurs passions. Cela favorise un sentiment d'appartenance, de contribution et de sens dans leur vie.

#### Promouvoir l'éducation sur la santé mentale

Nous cherchons à combattre les stigmates associés à la maladie mentale en sensibilisant la communauté environnante. Cela peut inclure des initiatives d'éducation publique, des événements de sensibilisation et des collaborations avec d'autres organisations pour promouvoir une vision plus positive et compréhensive de la santé mentale.

#### Assurer un suivi à long terme

Le processus de rétablissement est souvent un voyage continu. L'accompagnement à la Maison Béthel assure un suivi à long terme pour les bénéficiaires, même après leur départ, en mettant en place avec le réseau de soin, des ressources de soutien, des services de transition, et en encourageant la continuité des soins.

**Le concept du Rétablissement** ne nie pas les réalités des défis de la maladie mentale, mais il cherche plutôt à soutenir les personnes dans leur parcours vers la résilience, l'acceptation et l'accomplissement de leurs aspirations personnelles malgré les difficultés rencontrées. En mettant l'accent sur ces objectifs d'accompagnement, la Maison Béthel offre un environnement propice au rétablissement avec le but d'aider les individus à vivre une vie pleine de sens et de satisfaction, en dépit des obstacles qu'ils peuvent rencontrer en raison de leur santé mentale.

## Les modes d'intervention

L'accompagnement est porté par une équipe pluridisciplinaire composée d'infirmiers, d'éducateurs, d'un assistant social, d'assistants socio-éducatifs, d'un assistant en soins et santé communautaire, d'un auxiliaire de santé, de pairs praticiens en santé mentale, d'un coach en sport et d'aumôniers.

Le suivi de l'accompagnement est supervisé par la personne de référence par le biais d'entretiens hebdomadaires afin de répondre aux objectifs fixés lors de l'entretien de pré-admission.

### Suivi thérapeutique

L'accompagnement a comme objectifs de :

- ◆ Affiner les objectifs de séjour.
- ◆ Rechercher des stratégies facilitant l'atteinte des objectifs.
- ◆ Accueillir le bénéficiaire dans son ressenti.
- ◆ Echanger sur le vivre ensemble et sur les activités thérapeutiques.
- ◆ Identifier les freins ou difficultés vécus durant le séjour et rechercher ensemble des solutions.
- ◆ Améliorer la gestion administrative grâce au suivi avec l'assistant social.
- ◆ Partager le vécu de la maladie et trouver des ressources auprès des pairs praticiens.
- ◆ Préparer le retour à domicile ou l'entrée dans une autre institution par des actions concrètes (échanges avec le réseau, mise en place de services ou de soins adaptés, recherche d'activités à mettre en place au moment du retour à domicile...).
- ◆ Assurer une transition avec le réseau externe et les proches.

### Activités socio-thérapeutiques

**Vivre ensemble** : participer à la vie communautaire, affirmation de soi, groupe de parole, ...

**Prendre soin de soi** : travailler sur son rétablissement, la gestion des émotions, la gestion des limites, prendre soin de son corps, se relaxer et pratiquer des activités sportives...

**Retrouver un rythme** : gestion du sommeil, prise de repas réguliers, cuisine en groupe et individuelle, atelier pâtisserie, participer à un planning d'activités équilibré, participer aux entretiens de suivi...

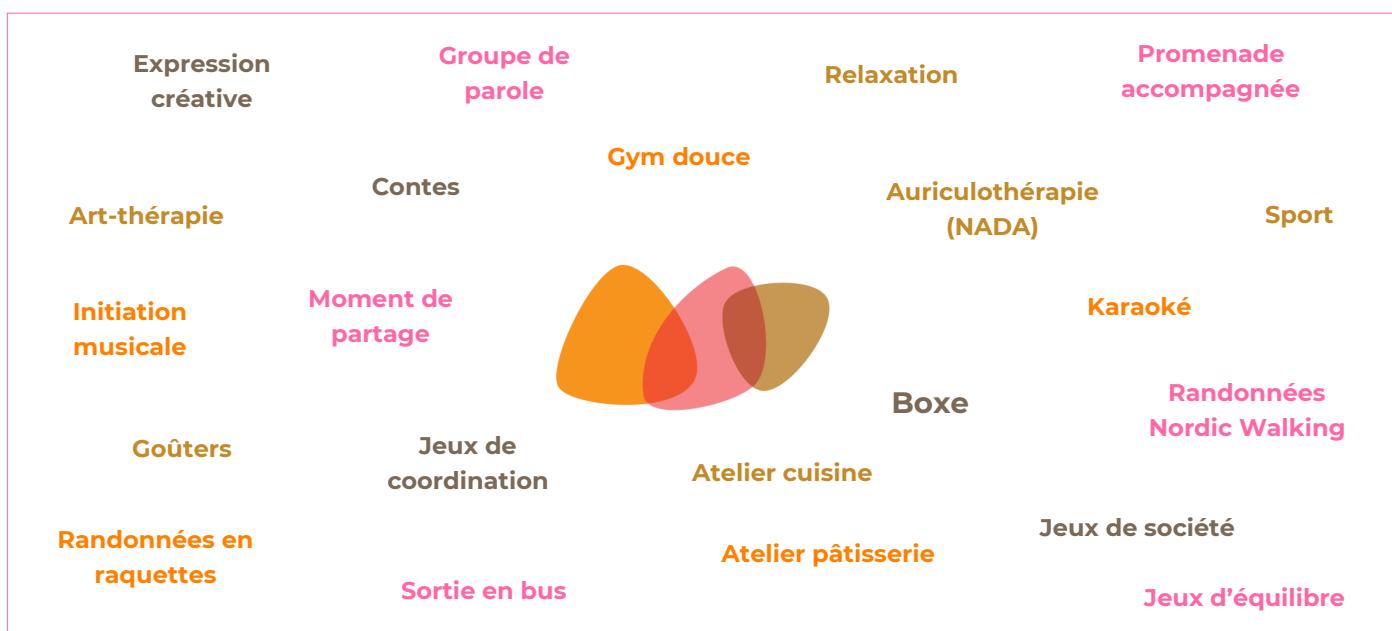
**S'exprimer, créer** : art-thérapie, expression créative, initiation musicale, activités récréatives...

**Se divertir** : promenades accompagnées, sorties en bus, jeux de société...

**Spiritualité** : approfondir sa propre spiritualité par des moments de partage en groupe et entretiens individuels avec le service d'aumônerie, dans le respect des convictions de chacun.

Les activités socio-thérapeutiques ont comme objectif de permettre à chacun de progresser vers un "mieux-être" pendant le séjour à Béthel. Les bénéficiaires sont invités à s'inscrire aux activités selon leurs envies et intérêt.

## Les activités à Béthel



## Nos engagements

- ◆ **Accueillir les bénéficiaires de soins** dans leur globalité, là où ils en sont en favorisant leur autodétermination.
- ◆ **Travailler en partenariat avec les bénéficiaires de soins** pour atteindre leurs objectifs de rétablissement.
- ◆ **Proposer un accompagnement par des professionnels** formés en santé mentale, et supervisés en continu.
- ◆ **Collaborer avec le réseau de soins vaudois** pour assurer la continuité et favoriser le maintien à domicile.

### Maison Béthel—Fondation Praz-Soleil

Chemin du Lacuez 4—1807 Blonay

T. : +41 21 925 50 40

F. : +41 21 925 5<0 41

[info@maison-bethel.ch](mailto:info@maison-bethel.ch)

[Www.maison-bethel.ch](http://Www.maison-bethel.ch)

