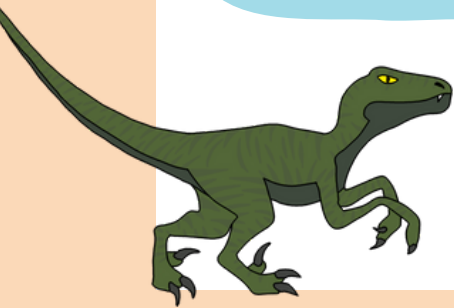


REMÉDIATION COGNITIVE

Que l'on abrègera RC

KESAKO ?

A l'heure actuelle, il est impensable de parler de psychiatrie sans parler de Remédiation Cognitive.



Mais alors, c'est quoi, la remédiation cognitive ?



C'est quand on fait des sudoku pour travailler la mémoire c'est ça ?



**NOOOO !
PLEASE GOD NOOOO !**

Que nenni Manu ! QUE NENNI !

Déjà Wikipédia propose une très belle définition de la remédiation cognitive (vous pouvez aller vérifier). En tout cas, on commencera ici par dire ce que ce n'est pas :

~~Une amélioration
du QI~~

~~Une stimulation ou
une rééducation~~

~~Des ateliers
mémoire~~

La Remédiation Cognitive, c'est un type de prise en charge qui s'inscrit dans la démarche du **rétablissement**.

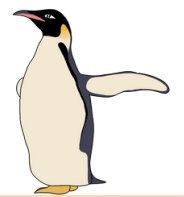
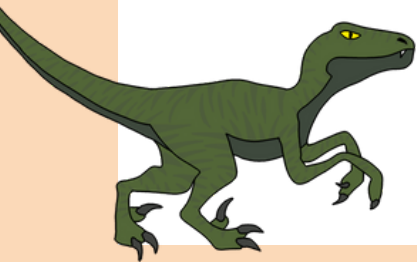
"Le rétablissement est un **processus**, non un point final ou une destination. Le rétablissement est une **attitude**, une façon d'**aborder les défis quotidiens**, un **parcours** pour se renouveler. Il implique une **transformation** plutôt qu'une restitution. Se rétablir signifie **poser ses propres limites**, savoir qu'il existe certaines choses que je ne peux pas faire. Mais plutôt qu'être source de désespoir, j'ai appris que cela m'**ouvre la voie** vers tout ce que je peux faire."

P. Deegan (1997)



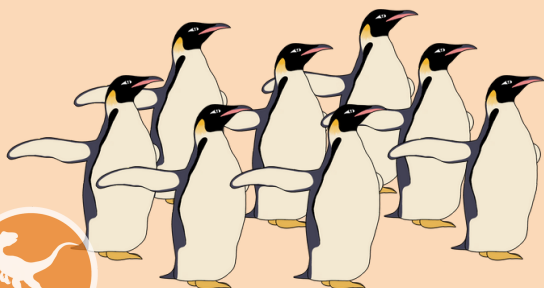
La démarche de rétablissement s'inscrit dans une **prise en charge globale**, dont fait partie la RC !

Et la prise en charge globale, ça inclut tout un tas d'**acteurs**, de **thérapies**, de **programmes**... avec un élément essentiel...



Le/la patient.e est au centre de sa prise en charge !

Chacun de ces manchots empereurs représente un acteur : patient.e, médecin, psychologue, infirmier.e, ergothérapeute, assistant.e social.e...



PRISE EN CHARGE GLOBALE

Suivi psychiatrique
Traitements médicamenteux

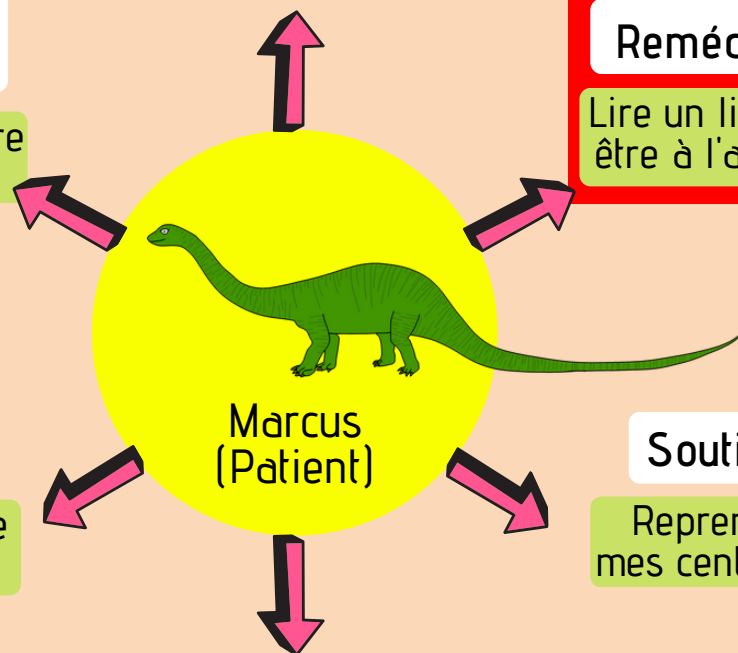
Avoir moins de symptômes

Psychoéducation
Education thérapeutique

Mieux comprendre et prendre
en charge ma maladie

Remédiation Cognitive

Lire un livre, me concentrer,
être à l'aise avec les autres



Travail avec la famille

Comprendre avec ma famille
que j'ai une maladie

Soutien social

Reprendre part à
mes centres d'intérêts

Psychothérapie

Travailler sur les sources de
stress pour ne plus rechuter

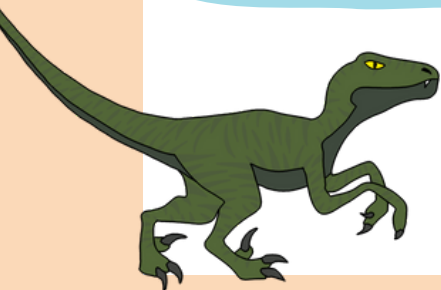
La Remédiation Cognitive vise à **améliorer le pronostic fonctionnel*** par la prise en charge des **troubles cognitifs** (mémoire, attention, fonctions exécutives), de la **métacognition** et de la **cognition sociale**.

Elle vise à favoriser le rétablissement en s'appuyant sur les **objectifs** propres de la personne, ses **ressources** et sa **croissance** dans son possible **rétablissement**.

Elle s'appuie aussi sur **différents facteurs aidants** : soignants, entourage, services médico-sociaux, environnement professionnel...

* Le pronostic fonctionnel, c'est une prédiction concernant l'état futur de la personne en souffrance dans tous les aspects de son quotidien (bien-être, relations sociales, insertion socio-professionnelle...)

Une prise en charge en remédiation cognitive va démarrer par une **évaluation complète** : clinique, ergothérapeutique et neuropsychologique !



Evidemment, à chaque équipe ses spécialités dans le fonctionnement !



Ici, on prend l'exemple du **Centre Universitaire support de Remédiation cognitive et Rétablissement (CURE)** situé à **Nancy**, l'un des 3 centres de référence de la région Grand Est (avec Reims et Strasbourg), dont le but est de **sensibiliser** et de **former** les soignant.e.s à cette **philosophie** de prise en charge qui fait la modernité de la psychiatrie : une **prise en charge globale** axée **rétablissement**, **qui donne enfin aux patient.e.s une place centrale**.

On n'en a pas parlé, mais la remédiation cognitive est constituée de pratiques, d'outils et de programmes **validés scientifiquement** et qui ont **prouvé leur efficacité** !

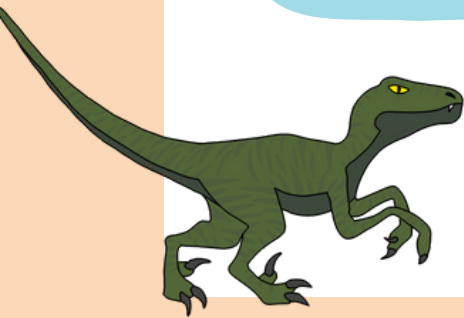


Et il est toujours plus **éthique** de proposer aux patient.e.s une **prise en charge** qui a **fait ses preuves** et qui s'est **montrée efficace** !*



* Sinon, comment garantir aux personnes que l'on prend en charge que l'on peut réellement les soigner ?

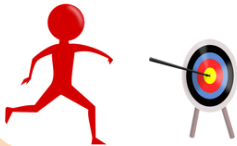
Un petit exemple avec notre jeune Marcus ?



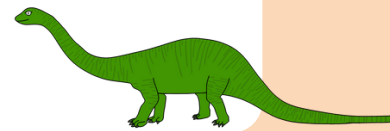
Cela me semble effectivement indispensable, Hector !



Marcus va **fixer des objectifs**, afin que les soignant.e.s puissent orienter les soins proposés.



"J'aimerais pouvoir me souvenir d'une recette quand on me la donne à réaliser."



On va alors faire le lien entre la **difficulté rencontrée** et la **fonction cognitive** qui la sous-tend.



Ici, la difficulté est sous-tendue par la mémoire de travail et le processus de charge mentale.



La RC va alors cibler les **stratégies** relatives à ces fonctions perturbées.



On retrouvera ici des stratégies incluant le cluster, l'imagerie mentale, les moyens mnémotechniques...



Et l'idée derrière ce travail sera toujours la **généralisation** au quotidien et une amélioration de l'**autonomie** !



Que les stratégies puissent être appliquées dans la vie de tous les jours et améliorer ainsi le **bien-être au quotidien** pour notre jeune Marcus !

