

## Unité Ados au CMPPD Marseille

### Présentation du fonctionnement des PEC des groupes ados



Emilie JARILLOT Psychologue, coordonnatrice unité ados  
Dr PUTTO Florence, pédopsychiatre responsable unité ados  
Journées FDCMPP Toulouse, Novembre 2023.

### Offre et besoins:

- Petite équipe dédiée: 0,5 Pédopsy, 0,3 Médecin psychothérapeute, 0,8 Psychologue, 0,5 Enseignant (EN), +/- un service civique
- Des besoins qui explosent: déjà supérieurs à l'offre avant 2020, débordent depuis la crise sanitaire
- Des problématiques spécifiques: RSA, dépressions, tentatives de suicide



2

### Développement de groupes thérapeutiques

- Des groupes **ouverts**, pour intégrer à tout moment de nouveaux patients:
  - ✓ Observation, diagnostic
  - ✓ Surveillance suicidaire
  - ✓ Structuration temps pour les RSA
- Des groupes **fermés** pouvant prendre le relais quand l'alliance thérapeutique est stabilisée.



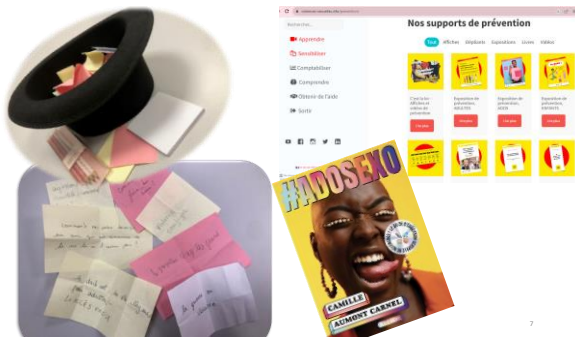
3

### Planning des groupes

| Lundi                                  | Mardi                                               | Mercredi                                        | Jeudi | Vendredi                                       |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------|
| 13h - 14h<br>Groupes RSA<br>Gpe ouvert |                                                     | 13h30 - 14h30<br>Gpe CPE CMPP gme<br>Gpe fermé  |       |                                                |
|                                        | 13h30 - 14h30<br>Gpe psychopédia<br>Gpe ouvert      | 14h - 15h<br>Gpe « Paroles Ados »<br>Gpe ouvert |       | 14h30 - 15h30<br>Gpe psychopédia<br>Gpe ouvert |
|                                        | 15h30 - 16h<br>Gpe RSA gme gme<br>Gpe fermé         |                                                 |       |                                                |
|                                        | 17h30 - 18h30<br>Gpe « Paroles Ados »<br>Gpe ouvert | 16h30 - 17h<br>Gpe Art-thérapie                 |       |                                                |

## Contenu des groupes ouverts: 2 Groupes « Parlons Ados »:

- Deux thérapeutes, 1 heure, 6 à 12 ados
- Médiation et supports:
  - Langage
  - Plateau dés
  - Vidéos de prévention
  - Jeux de cartes
  - Jeux aux règles « détournées »
  - Questions posées anonymement par les ados
  - Thèmes amenés par les jeunes eux-même en fonction de leur propre actualité
  - Outils de prévention
  - Fiches illustrées
  - ...



## Contenu des groupes ouverts: 2 Groupes « psychopédagogie »

- Animés par médecin psychothérapeute (qui peut s'improviser pédagogue) et 2 psychopédagogues en alternance
- Deux fois par semaine, 1 heure
- Profils:
  - ✓ Partiellement ou totalement déscolarisés.
  - ✓ Troubles des apprentissages: quand la relation duelle trop anxiogène. Bénéficient de remédiation et /ou aménagements pédagogiques.

## Outils

- 2 salles, 2 postes informatiques
- Séances structurées: accueil, objectifs de chacun pour cette séance
- Travail oral, prépa aux oraux (seul avec prof, puis devant groupe)
- Sorties possibles pour relaxation
- Séances de relaxation collective
- Éducation thérapeute, hygiène de vie sommeil, alimentation, activité physique. Avec délicatesse...
- Respect intimité+++

9

## Intérêts observés, retour des jeunes:

- Etayage mutuel, empathie, entraide, partage de supports pédagogiques entre eux (fiches, livres, etc....)
- Humour et bienveillance
- Retour d'expérience (CIO, oral, etc.)
- « Aller vers une notion de plaisir » dans l'apprentissage

10

## Groupe arthérapie (4 ados, 1 intervenant)



11

## Arthérapie

- Pas d'échange verbal
- Expérience sensorielle
- Plaisir régressif, renouer avec l'infantile
- Pas d'attente formelle
- Assiduité
- Echanges entre jeunes



12

## Groupe Randonnée

- Groupe ouvert
- 2 intervenants
- Du soin « hors les murs »
- Découverte et/ou (ré)appropriation du patrimoine de Marseille



13

## 2 Groupes fermés: Affirmation de soi et Compétences Psychosociales (CPS)

- 10 séances
- Entre 6 et 10 ados
- 2 classes d'âges: CM2->5<sup>ème</sup> ou 4<sup>ème</sup> -> 2<sup>nd</sup>e
- 2 intervenants
- Sur le temps scolaire
- Profil des jeunes:
  - Tbles du cpt externalisés et/ou internalisés
  - Difficultés relationnelles
- Séances ritualisées: calendrier, roue des émotions, fiche récap de la séance précédente, rappels des règles du groupe, 1 séance = 1 thème abordé

14

## Groupe affirmation de soi

- Apprentissages des habilités sociales verbales et non verbales
- Expression, reconnaissance et gestion des émotions
- Développement de l'estime de soi
- Restructuration cognitive et diminution du ressenti anxieux
- Entraînement à la résolution de problème
- Gestion du stress scolaire et anxiété de performance
- Augmentation de l'écoute, de l'attention, de la pleine conscience



- **Thèmes abordés** : Rencontrer des inconnus sans crainte, Parler de soi, soutenir une conversation, Comment se débarrasser des moqueurs?, « Pourquoi je suis là » définition du comportement d'anxiété sociale, Définition du comportement assertif, Communiquer positivement, Comment recevoir un compliment?, Comment faire une critique?, Répondre à une critique, Défendre ses intérêts

15

## Groupe compétences psycho sociales

- De nombreuses revues de la littérature mettent en évidence que les programmes de dev de CPS permettent:
  - **Bien-être et santé mentale** : diminution des troubles affectifs et du comportement, de la souffrance psychologique (anxiété, stress, dépression), amélioration du bien-être.
  - **Conduites à risque** : réduction de la consommation de substances psychoactives, de la violence et du harcèlement, des comportements sexuels à risque.
  - **Réussite scolaire et professionnelle** : augmentation de l'engagement et des résultats scolaires, diminution de l'échec scolaire, meilleure insertion professionnelle.
  - **Maïs aussi**, meilleur rapport à soi et aux autres, développement des ressources personnelles, amélioration du climat scolaire et des relations.



Le cartable des compétences psychosociales



- **Thèmes abordés**: connaissance de soi, gestion des émotions, gestion de conflits, développer l'empathie...

16



## Intérêts du développement des groupes

- Dynamisme, souplesse, créativité pour les professionnels, lutte contre l'épuisement professionnel (formations, outils...)
- Accès rapide à une PEC
- Préparation à PEC individuelle, le groupe en constituant un point d'appui (créneau avant, après le groupe) avec reprise de certains thèmes
- Possibles intrications avec projet HDJ, SAPAD, rescolarisation...
- Possibilité de liens entre les participants qui communiquent hors gpe
- Possibilité de passer d'un gpe à l'autre en fonction du projet de soin

## Limites

- Moins d'admissions en services dédiés
- Soins partiellement adaptés
- Beaucoup de temps pour préparer, se renouveler...
- Substitution aux services hospitaliers, avec risque d'entériner des choix politiques
- Moins de temps pour les PEC ind
- ...

## Une unité réservée aux ados .... C'est aussi...

- S'adapter à leurs modes de communication
- S'adapter à leurs besoins
- Adapter le lieu de prise en charge ...



Et.. Adapter la salle d'attente ...



21



Merci de votre attention !

[cmppd.antenne.prado@departement13.fr](mailto:cmppd.antenne.prado@departement13.fr)

Emilie JARILLOT Psychologue, coordonnatrice unité ados  
Dr PUTTO Florence, pédopsychiatre responsable unité ados  
Journées FDCMPP Toulouse, Novembre 2023.

22