

L'ergothérapie et la toxicomanie

Qu'est-ce que l'ergothérapie?

La vie est composée d'activités ou d'occupations quotidiennes significatives, comme faire une promenade avec son chien, faire du jardinage, préparer un repas, peindre, faire la lessive et s'adonner à des jeux. Les occupations font partie de la vie; elles nous définissent et elles sont le reflet de notre façon de nous percevoir. Les occupations donnent un sens à la vie.

Lorsque nous ne pouvons pas participer à des occupations quotidiennes en raison d'une blessure, d'une maladie, d'un handicap ou de circonstances sociales ou environnementales, les ergothérapeutes peuvent nous aider à trouver les solutions qui nous permettront de participer à des activités quotidiennes porteuses de sens. L'ergothérapie peut aussi contribuer à la prévention des handicaps et des maladies, tout en favorisant notre participation dans notre vie personnelle et dans nos communautés. L'ergothérapie nous aide à participer à l'occupation qu'est la vie.



En quoi consiste la toxicomanie?

La toxicomanie désigne une habitude de consommation excessive d'alcool ou de substances psychotropes allant des drogues illicites aux produits pharmaceutiques. Une personne ayant un problème de toxicomanie choisit des occupations qui ont inévitablement des conséquences négatives sur sa santé physique, mentale et sociale.

Selon le Centre canadien de lutte contre la toxicomanie, on estime que le coût social de la toxicomanie au Canada est 39,8 milliards de dollars en raison des coûts imposés aux systèmes de santé et de justice pénale et de la perte de productivité au travail et à domicile découlant des décès prématurés et de la maladie.

Quel est le rôle des ergothérapeutes dans le domaine de la toxicomanie?

Les ergothérapeutes travaillent avec les clients ayant des problèmes de toxicomanie. En effet, les ergothérapeutes peuvent travailler avec ces individus pour les aider à cibler leurs forces, leurs valeurs, leurs intérêts, leurs ressources et leurs problèmes et à mettre en œuvre des plans de rétablissement. Les ergothérapeutes croient que le rendement occupationnel, l'organisation, le choix et la satisfaction sont influencés par les relations entre des facteurs personnels et environnementaux. Ils abordent la toxicomanie à partir d'une perspective unique qui consiste à examiner les besoins d'une personne en fonction de son contexte familial et communautaire.

Que font les ergothérapeutes?

- Discuter avec le client en vue de déterminer les effets négatifs de ses habitudes de consommation excessive d'alcool et de drogue dans sa vie.
- Établir un emploi du temps plus satisfaisant et plus significatif et créer des occasions pour la découverte de soi.
- Travailler avec les clients et leur famille afin de cibler des occupations et des activités qui sont importantes pour la vie familiale, personnelle et au travail.
- Aider la personne à remplacer les activités malsaines par des activités saines et significatives.
- Aider la personne à planifier, initier et assurer le suivi des objectifs à court terme et à long terme qui favorisent la participation à d'autres activités.
- Faire des revendications afin que les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux investissent dans des programmes complets, des lois et des politiques axés sur le traitement de la toxicomanie, en vue de prévenir et de réduire la toxicomanie.

Dans quels milieux les ergothérapeutes travaillent-ils?

Les ergothérapeutes travaillent avec des professionnels de la santé et d'autres professionnels dans divers endroits, comme les établissements de soins de longue durée, les services de soutien communautaire, les équipes de santé familiale, les hôpitaux et le domicile des clients. Les ergothérapeutes travaillent également avec différentes organisations, comme les organismes gouvernementaux et communautaires, les décideurs et les fournisseurs de soins, afin d'élaborer des programmes et des ressources.

L'ergothérapie est vraiment efficace!

Ling travaille dans un centre de soutien par les pairs offrant des services aux personnes qui ont des problèmes de consommation d'alcool. Elle s'est engagée à aider les gens à se rétablir en mettant sur pied de nouveaux programmes et en leur offrant des possibilités. Le centre est principalement axé sur le rétablissement, mais, avec l'aide d'un ergothérapeute, Ling a conçu un programme qui aide les clients à mieux comprendre l'impact de l'alcoolisme sur leur vie quotidienne, à mettre au point une routine équilibrée qui comprend de nouveaux passe-temps, comme la peinture et la cuisine, et à apprendre des stratégies d'adaptation pour rester calme et éviter une rechute. Plusieurs anciens clients font du bénévolat pour aider d'autres personnes à surmonter leurs dépendances. Les clients de Ling sont devenus les défenseurs du centre et ils contribuent à faire connaître les programmes aux autres. Grâce à l'ergothérapie, les clients de Ling apprennent à participer à des occupations plus saines.

