

L'APPROCHE CO-OP

ORIENTATION COGNITIVE DE LA PERFORMANCE OCCUPATIONNELLE AU QUOTIDIEN

C'est une *approche centrée sur la personne* permettant de *développer des compétences propres* dans la réalisation de ses activités et donc d'*acquérir de l'autonomie* dans sa vie quotidienne.

Des *objectifs sont choisis par la personne* pour être travaillés en séance d'ergothérapie. Le *rôle de l'ergothérapeute* est d'*accompagner la personne* dans le *repérage des obstacles* à la réussite et dans la *découverte de ses propres stratégies* grâce à *B.P.F.V.* et par le biais de la *découverte guidée*.

1 - LA STRATÉGIE GÉNÉRALE DE CO-OP : B.P.F.V

1. BUT : L'OBJECTIF QUE JE VEUX ATTEINDRE

2. PLAN : COMMENT JE M'Y PRENDS PRECISEMENT

3. FAIT : J'EXECUTE MON PLAN

4. VÉRIFIE : JE VÉRIFIE L'ATTEINTE DE MON BUT

2 - LA DÉCOUVERTE GUIDÉE

Elle permet à la personne de réfléchir « comment je fais l'activité ? » sans que l'ergothérapeute ne lui apporte la réponse. Il la guide en travaillant un obstacle à la fois en le questionnant. L'idée est de rendre possible l'activité pour permettre à la personne d'être en réussite : c'est l'habilitation.

"Dis-moi et j'oublierai,

Montre-moi et je me souviendrai,

*Implique-moi et je
comprendrai pour toujours !"*

Confucius

3 - LE RÔLE DES PROCHES



Les proches peuvent être sollicités pour établir les buts, c'est-à-dire : « Quelles sont les activités travaillées ? » et pour appliquer les stratégies trouvées par la personne, à savoir le plan du B.P.F.V.

Il est important que la personne puisse reproduire dans son quotidien ce qui a été travaillé en ergothérapie. Pour cela, l'implication des proches est un élément clé qui favorise une généralisation de l'activité et un transfert des stratégies.