

## **Etude pilote sur l'efficacité de la thérapie d'activation**

Renate Rubin et Veronia Metzger

**Au cours de l'assemblée du 31 octobre 2008 « Stimuler les sens – trouver du sens », les résultats de l'étude pilote sur l'efficacité de la thérapie d'activation ont été présentés pour la première fois. L'étude avait été demandée par « médi; Centre pour la formation médicale, filière de formation Activation ES » et a été effectuée par le Centre de gérontologie de l'Université de Zurich sous la direction du Dr. Miriam Dellenbach. L'étude a fourni des résultats précieux pour la poursuite de l'évolution de la formation et a montré les effets positifs de la thérapie d'activation.**

Le point de départ de l'étude a consisté dans la question de savoir si la thérapie d'activation pouvait être renforcée par l'activation des potentiels et des ressources de bien-être et de santé des personnes accueillies dans les homes. D'autres questions se sont avérées essentielles:

- La thérapie d'activation a-t-elle une influence sur l'indépendance, le comportement, et l'équilibre physique, psychique et social des clientes et clients?
- Sur la base de l'évaluation, quels aspects devraient être particulièrement pris en considération pour la poursuite de la thérapie d'activation à medi Berne?

La mandatrice de l'étude accorde une grande importance à l'étalement scientifique de la thérapie d'activation. L'Office fédéral pour la formation professionnelle et la technologie a approuvé en juillet 2008 le plan d'études cadre pour la filière de formation Activation pour l'obtention du titre de spécialiste en activation ES. Actuellement, le curriculum est également remanié. Dans ce contexte, cette étude pilote fournit une impulsion importante à l'évolution de la méthodologie de la thérapie d'activation.

Cinq homes médicalisés du canton de Berne – le foyer Bärau et le home de Langnau ainsi que trois EMS du groupe Tilia – à Ittigen, Köniz et Wittikofen – ont participé à cette étude. Dans toutes ces institutions, la thérapie d'activation a constitué une part importante des programmes en supplément des programmes quotidiens d'activités.

L'étude a consisté à interroger des personnes en homes, des thérapeutes d'activation et des personnes soignantes de référence, avant et après huit semaines de thérapie d'activation. La participation des clientes et clients a été limitée à des personnes qui montraient une symptomatologie dépressive. L'étroitesse de ce critère a conduit à ce que seuls dix-huit retraités ont pu participer à l'étude.

Quantitativement, l'étude a été menée sous la forme d'un questionnaire standardisé détaillé concernant la satisfaction, la qualité de vie et la dépression. En complément, des questions ouvertes ont permis une évaluation qualitative.

## **Résultats de l'étude**

Sur le plan qualitatif, la thérapie d'activation a amené des changements positifs aussi bien dans l'évaluation externe que dans l'autoévaluation. A la fin des huit semaines de thérapie d'activation, presque tous les clients et clientes ont formulé des résultats positifs sur leur état d'esprit, leur estimation de soi et leur mobilité. Tous les participants ont cité des exemples concrets qui avaient été travaillés au cours de la thérapie; ils ont été unanimes pour recommander la poursuite de la thérapie d'activation.

Une bonne moitié des personnes de référence ayant participé à l'enquête a fait état des changements positifs dans la vie quotidienne et dans les situations d'encadrement. En outre, tous les spécialistes de l'activation se sont aussi exprimés positivement, comme on pouvait s'y attendre, puisqu'ils avaient atteint leurs objectifs thérapeutiques et les avaient documentés.

Par contre le petit nombre des participants ne permet pas de tirer des conclusions quantitatives. Pour formuler une affirmation significative et scientifiquement étayée, il faudrait une participation minimale d'environ cinquante personnes. La présente étude d'évaluation ne peut donc pas encore prouver quels aspects de la thérapie d'activation (objectifs moyens ou mesures, entre autres) ont contribué à son efficacité, et dans quelle mesure. Mais l'étude montre que la thérapie d'activation est qualitativement efficace et expose où et comment elle peut encore être améliorée. En outre les connaissances acquises au sujet de la thérapie d'activation influenceront également la professionnalisation d'une activation efficace pour un large cercle de clients.

## **Perspectives**

Les résultats de l'étude s'avèrent également très fructueux pour le développement de la formation et de la formation continue. Les recommandations et conclusions différenciées seront reprises dans l'actuelle élaboration du nouveau curriculum en vue d'une formation professionnelle supérieure. Certains aspects en particulier devraient être approfondis dans la formation professionnelle supérieure:

- L'importance de la collaboration interdisciplinaire
- La précision et la mesurabilité des objectifs thérapeutiques et
- L'insertion des buts AT dans les objectifs BESA et RAI

La présente étude est également utile pour d'autres études sur l'efficacité de la thérapie d'activation, car elle donne des indications importantes sur les préalables méthodologiques nécessaires pour obtenir des résultats statistiques permettant d'aboutir à des conclusions fiables.

## **Conséquences pour la pratique**

L'activation et la thérapie d'activation sont déjà aujourd'hui dans beaucoup de homes et d'autres institutions socio-sanitaires une caractéristique de qualité et peuvent présenter un avantage concurrentiel. Le domaine de l'activation va prendre de l'importance à l'avenir et constituera un critère de sélection important pour le choix d'une institution d'encadrement.