



# Pourquoi «Les HandiPsys» ?

Pour répondre à :

- Comment sortir des situations délicates de relation au travail avec les personnes présentant des troubles du comportement ?
- Comment éviter d'amplifier la situation ?
- Quelles attitudes sont adaptées ?
- Quelles solutions concrètes au travail ?
- Comment gérer les situations délicates ?



# Le concept «Les HandiPsys»

**Un outil de sensibilisation ludique** sur les handicaps psychiques dans le contexte du travail : Addictions, Bipolarité, Dépression, Schizophrénie, Troubles anxieux, Troubles sévères de la personnalité



**Un processus pédagogique** conçu pour :

- Faciliter l'intégration au travail des personnes handicapées psychiques
- Comprendre les impacts de ces handicaps au travail
- Savoir comment être en relation que l'on soit manager ou collègue

# Les cartes « Les HandiPsys »

**Cartes « Enigmes »** qui permettent de comprendre la situation de handicap psychique en lien avec une maladie mentale donnée.

**Cartes « Situations gâchettes »** pour appréhender les phénomènes amplificateurs du trouble de la personne.

**Cartes « Attitudes » et « Management »** afin de s'approprier les comportements adaptés au travail que l'on soit collègue ou manager.

**Cartes « Informations clés »** pour apporter des éléments clés génériques pour la compréhension de ces troubles psychiques.



# Exemple de cartes informations

## « Les HandiPsys »

14 Thèmes : Différence H Mental et H psy, Idées reçues, Manifestations au travail, Aménagements organisationnels, Peurs, Dénis, Communication, Stigmatisation

### Informations

Quelles adaptations peuvent faciliter l'intégration ou le maintien dans l'emploi des personnes concernées par les troubles psychiques ?

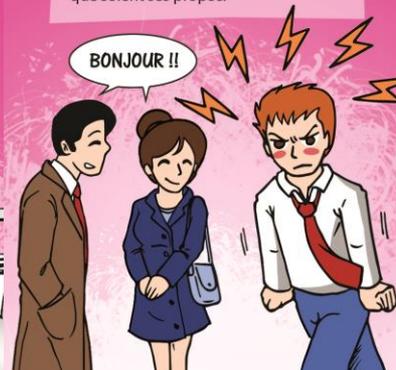
- A - Aménager les horaires et le rythme de travail.
- B - Trouver un emplacement approprié du bureau par rapport aux mouvements de circulation.
- C - Mettre en place un suivi régulier sur l'activité de la personne.
- D - Sensibiliser les collègues sur les attitudes adaptées dans la relation.



### Informations

Que faire si une personne handicapée psychique est agressive ?

- A - Essayer de ne pas se laisser emporter soi-même dans l'agressivité.
- B - Elever la voix et se positionner fermement devant elle.
- C - Chercher à prouver à la personne qu'elle a tort de s'emporter.
- D - Rester calme dans le ton de sa voix et dans ses gestes.
- E - Ecouter la personne sans la contredire, ni l'interrompre, aussi déroutants que soient ses propos.



### Informations

Que faire face à la situation d'isolement d'une personne handicapée psychique ?

- A - Créer le dialogue sans forcément essayer de comprendre la raison de son isolement.
- B - Initier des temps de rencontres, déjeuner, pause-café, travail en binôme.
- C - Activer un réseau de contacts autour d'elle.
- D - L'inviter à se bouger et à faire des efforts (« *Quand on veut, on peut* »).



### Informations

Que faire face à une situation de « déprime » d'une personne handicapée psychique ?

- A - La respecter telle qu'elle est actuellement, sans jugement.
- B - La recentrer sur de petites actions dans le présent, le quotidien, le travail.
- C - Prendre l'initiative de la relation et lui montrer votre volonté de maintenir cette relation.
- D - Faire des comparaisons du style « *Regarde untel, il ne dit rien, ne voit pas les choses comme toi et il avance.* »



# Exemple de famille : Trouble Bipolaire

## ENIGME

« Au début je ne comprenais pas ce qu'il m'arrivait. J'avais des troubles du sommeil et de l'appétit, ainsi qu'une grande fatigue. Je me souviens d'une période de grande souffrance et de tristesse qui m'éloignait des autres m'isolait au travail. Et puis, à d'autres moments, je pouvais me retrouver dans une période de suractivité intense où je dormais très peu, parlais beaucoup, faisais mille choses comme acheter sans aucune limite.

Mon entourage ne comprenait pas mes changements de comportement et je ne pouvais pas les expliquer. »

Mireille

De quoi souffre Mireille ?



## TROUBLE BIPOLAIRE

Certaines situations amplifient le trouble bipolaire. Lesquelles ?

- A - Les voyages en Arctique du fait de la proximité du pôle magnétique, source de perturbations.
- B - Les cassures dans les rythmes quotidiens.
- C - Le surmenage ou le stress.
- D - Les événements difficiles de la vie (décès, rupture, perte d'emploi...).

On va nous changer les horaires. On passe en 3 X 8. Ça va aller pour toi ?



## TROUBLE BIPOLAIRE

Quelles attitudes sont adaptées avec une personne souffrant d'un trouble bipolaire ?

- A - Apprendre à connaître la maladie et ses impacts.
- B - Ne jamais laisser la personne seule et l'accompagner dans toutes ses activités.
- C - Faire en sorte que la communication reste possible, même en période de crise.
- D - En cas de danger, ne pas laisser la personne seule et contacter le médecin du travail.

N'hésite pas si tu as besoin, appelle-moi



## TROUBLE BIPOLAIRE

Au travail, avec une personne bipolaire, il est préférable de ?

- A - Etre précis et concret dans les consignes.
- B - Apprendre à reconnaître les signes d'une rechute.
- C - Conserver sa boussole pour ne pas perdre soi-même le bon pôle.
- D - Limiter les situations de stress.
- E - Utiliser l'écrit pour donner des consignes et confier des activités.

OUI ! Chef, j'ai compris, je ferai tout cela dans l'ordre.



## TROUBLE BIPOLAIRE

Parmi ces propositions sur les personnes bipolaires, lesquelles vous semblent justes ?

- A - La fatigue est une caractéristique de cette maladie du fait de l'alternance des différentes phases et de l'impuissance face à ces changements.
- B - Il n'est pas rare que certains malades, nostalgiques de leur énergie, de leur créativité liées à la phase maniaque, arrêtent leur traitement dans le but de retrouver cet état.

Alors qu'a dit ton médecin de ton état de fatigue ?



Pour une version personnalisée,

Pour une adaptation à vos problématiques de santé au travail,

Pour la conception et l'animation de votre événement de sensibilisation,

Pour développer votre jeu en lien avec votre contexte,

**Contactez KESKI : 01 80 78 60 30**

**Mail : [contact@keski.fr](mailto:contact@keski.fr)**

**Site web : [www.keski.fr](http://www.keski.fr)**



**Tous nos jeux dont**



**sont**

