

°1 : Espace d'apaisement :

Depuis 2017, au CH Charles Perrens (Bordeaux), une unité d'admission en soins psychiatriques sans consentement a ouvert un espace d'apaisement inspiré de l'environnement Snoezelen (1). Il s'agit d'une chambre rénovée qui contient :

- une colonne à bulles, des jeux de lumières ;
- un canapé, un fauteuil enveloppant, un coussin de méditation et un tapis de yoga ;
- un diffuseur d'huiles essentielles ;
- des billes de massages, des balles tactiles ;
- une table escamotable, du matériel de dessin, des mandalas, un tableau d'expression ;
- un lecteur de CD et de la musique relaxante.

Hormis une agitation paroxystique, tous les patients hospitalisés peuvent utiliser cet espace. Ils y accèdent à leur demande ou sur proposition de l'équipe, seul ou accompagné. Une présence soignante est cependant toujours organisée à la première utilisation, ou lorsque le patient présente un risque de comportement auto-agressif. Cette salle est accessible de 9 heures à 21 heures. Les séances consistent à procurer un moment de détente ou à réaliser une activité artistique, mais des exercices plus structurés d'écoute musicale, de relaxation ou de pleine conscience sont aussi proposés.

Les patients décrivent un sentiment d'autonomie recouvrée, et une certaine satisfaction à pouvoir s'isoler. La facilité d'accès à l'espace, la latitude laissée pendant le soin et l'absence d'évaluation formelle à la fin de la séance leur procurent un sentiment d'empowerment régulièrement verbalisé. Ils insistent également sur l'aspect inattendu de la pièce. Plus globalement, ils considèrent l'existence même de l'espace comme un indice de bienveillance et d'implication de l'équipe.