

**Hélène Milan**

Comité Régional d'Education Pour la Santé (CRES)  
Provence-Alpes-Côte d'Azur (PACA)

**13 octobre 2020**



# Compétences psychosociales,

de quoi parlons-nous ?

## La place des compétences psychosociales en éducation thérapeutique



➤ Rappel : *Structuration d'un programme d'éducation thérapeutique du patient dans le champ des maladies chroniques, HAS, 2007*

« Les finalités spécifiques de l'ETP sont l'acquisition et le maintien par le patient de compétences d'auto-soins et la mobilisation ou l'acquisition de compétences d'adaptation (nommées par certains auteurs compétences psychosociales)

➤ Compétences d'auto-soins  compétences psychosociales

## Paroles de soignants en ETP

Comment ça s'évalue les CPS ?

Parler des émotions, c'est pas mon rôle, j'suis pas psy !

Oui mais moi j'ai pas de psy dans mon équipe...

Mais les CPS ça ne peut pas s'évaluer, c'est de l'humain !

Faire une séance collective sur des compétences d'autosoins OK, mais comment faire pour les CPS ?

C'est quoi les CPS ?

Mais comment je m'y prends en entretien pour amener le patient à parler de ses émotions ?

COMETE

*Outil permettant aux équipes soignantes de mieux prendre en compte la dimension psychosociale en éducation du patient*

### **1. Identification du besoin par l'ARS PACA**

Accompagner les équipes => CRES PACA = réalisation d'un outil

### **2. Recherche documentaire**



### 3. Comité de pilotage pluridisciplinaire

- Représentants d'usagers
- Professionnels de santé
- Formateurs ETP
- Chargés de projets
- Psychologue sociale de la santé
- Documentaliste



Conception, rédaction des fiches

➤ **4. Relecture** par des experts

➤ **5. Test** de COMETE par des équipes volontaires - > Chaque fiche a été testée au moins une fois en réel



# Objectifs de COMETE

- Favoriser l'expression des dimensions psychosociales dans le discours du patient et mieux savoir les repérer,
- Développer les compétences psychosociales des patients lors des activités éducatives collectives,
- Évaluer le développement des compétences psychosociales des patients à l'issue de la démarche éducative.







## Méthode d'élaboration

= > 8 thématiques



L'appropriation  
de la maladie



L'identification  
et la résolution  
de problèmes



L'image de soi



Les projets  
de vie, l'avenir



Les émotions



Le rapport  
aux autres



L'entourage,  
les ressources



La confiance  
en soi



# Pour accéder aux fiches

THEMATIQUES	COMPETENCES	IDENTIFIER LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES	FICHES PEDAGOGIQUES	PAGE
Toutes	Toutes	Aide à la construction du bilan éducatif partagé initial	FICHE 1	5

THEMATIQUES	COMPETENCES	DEVELOPPER LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES	FICHES PEDAGOGIQUES	PAGE
L'organisation de la maladie	Exprimer ses besoins	Obtenir satisfaction avec ma maladie ? J'ai besoin de...	FICHE 2 FICHE 3	11 13
	Savoir raconter son histoire/vécu	Passé et avenir Obtenir satisfaction avec ma maladie ?	FICHE 4 FICHE 5	18 11
	Exprimer ses croyances, ses représentations	Les représentations de la maladie Représentations de sa maladie	FICHE 6 FICHE 8	21 24
	Repérer ses émotions	Les mots, les émotions Gérer les plaisirs face aux frustrations / prévisions alimentaires	FICHE 7 FICHE 9	26 28 30
	Exprimer ses émotions	Les mots, les émotions	FICHE 7	26
	Repérer les situations stressantes	Savoir gérer son stress	FICHE 10	32


Les émotions	Repérer l'influence de l'environnement sur ma vie avec la maladie	Effets et problèmes dans mon quotidien	FICHE 11	35
	Analyser un problème	Faire face... comment ? Quel problème ?	FICHE 12 FICHE 13	37 39
	Repérer l'influence de l'environnement sur ma vie avec la maladie	Eco Santé	FICHE 14	44
	Trouver des solutions à un problème	Effets et problèmes dans mon quotidien Uls déserte Faire face... comment ?	FICHE 15 FICHE 16 FICHE 17	35 48 37

L'identification en la résolution de problèmes	Prendre une décision	Gérer les joies face aux frustrations / prévisions alimentaires Le voyage imaginaire Choix mon choix Uls déserte	FICHE 18 FICHE 19 FICHE 20 FICHE 21	20 51 55 48
	Adapter un message/ conseil à ma vie quotidienne	Et alors, quel est ce que je dois faire ?	FICHE 22	59
Le rapport aux autres	Anticiper la survenue d'un problème	Scénario catastrophe	FICHE 23	63
	Exprimer le vécu ou ressenti de regard des autres	Moi et le regard des autres Moi et les autres, gérer les situations difficiles	FICHE 24 FICHE 25	66 69

Le rapport aux autres	Savoir faire face au regard des autres	Moi et les autres, gérer les situations difficiles Moi et les autres, comment réagir ? Moi et les autres, gérer les situations difficiles Uls-moi, qui es-tu ? De moi présente, je suis	FICHE 26 FICHE 27 FICHE 28 FICHE 29 FICHE 30	71 69 74 78 79
-----------------------	--	---	--	----------------------------

THEMATIQUES	COMPETENCES	FICHES PEDAGOGIQUES	PAGE		
L'échange de soi	Exprimer ce que l'on aime ou pas chez soi	La lettre à mon corps Je me présente, je suis	FICHE 24 FICHE 25	77 78	
	Se représenter l'échange que l'on a de soi même	Je me présente, je suis Bis-moi, qui es-tu ?	FICHE 26 FICHE 27	79 81	
	Se regarder avec bienveillance	Mon portrait chinois	FICHE 28	77	
	Se valoriser	La lettre à mon corps Mon portrait chinois	FICHE 29 FICHE 30	81 81	
	Se représenter l'échange de son corps	Mirac, mon beau miroir	FICHE 31	84	
	S'affirmer	Le conflit argumentatif Force de caractère	FICHE 32 FICHE 33	87 89	
		Mieux s'exprimer pour mieux s'affirmer	FICHE 34	92	
	Les progrès de vie, l'avenir	Se projeter dans l'avenir	Passé et avenir Je peux le faire	FICHE 35 FICHE 36	18 97
		Élaborer des projets	Construire un projet Scénario catastrophe	FICHE 37 FICHE 38	102 63
		Conscientiser ses besoins	Valeurs personnelles et maladie, ce qui est important pour moi	FICHE 39	105
Fixer des buts		Ma cible Scénario catastrophe	FICHE 40 FICHE 41	107 63	
Trouver ses motivations		Ma motivation à changer Valeurs personnelles et maladie, ce qui est important pour moi	FICHE 42 FICHE 43	110 105	
Évaluer sa motivation à changer		Ma motivation à changer	FICHE 44	110	
L'échange, les ressources		Maintenir les liens sociaux	Les aidants, qui peut m'aider et comment ? Mon carnet d'adresses	FICHE 45 FICHE 46	113 115
		Identifier les aidants	Les aidants, qui peut m'aider et comment ?	FICHE 47	113
		Savoir s'allier avec un soignant	Communiquer avec son professionnel de santé	FICHE 48	119
		Savoir demander de l'aide	Communiquer avec son professionnel de santé Demander de l'aide	FICHE 49 FICHE 50	119 122
	Accepter l'aide de l'entourage	Un filet protecteur	FICHE 51	125	
	Savoir impliquer son entourage	Le voyage imaginaire Impliquer son entourage	FICHE 52 FICHE 53	51 128	
	La confiance en soi	Oser demander	Comment oser demander ?	FICHE 54	131
		Savoir s'affirmer	Savoir s'affirmer	FICHE 55	135
		Savoir évaluer son sentiment de capacité personnelle	Force de caractère	FICHE 56	89
		Se faire confiance dans ses capacités à gérer la maladie	Mon blason gagnant	FICHE 57	139
Identifier ses potentialités, ce que l'on peut faire	Le conflit argumentatif Un héros au quotidien	FICHE 58 FICHE 59	87 143		
THEMATIQUES	COMPETENCES	ÉVALUER LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES	PAGE		
Toutes	Inventer	Aide à la construction du bilan éducatif partagé final	FICHE 60	146	
		Aide à l'évaluation de l'évolution des compétences psychosociales	FICHE 61	152	

# Pour accéder aux fiches

THÉMATIQUES	COMPÉTENCES	FICHES PÉDAGOGIQUES	PAGE
 L'image de soi	Exprimer ce que l'on aime ou pas chez soi	FICHE 24 - La lettre à mon corps FICHE 25 - Je me présente, je suis	77 79
	Se représenter l'image que l'on a de soi-même	FICHE 25 - Je me présente, je suis FICHE 23 - Dis-moi, qui es-tu ?	79 74
	Se regarder avec bienveillance	FICHE 26 - Mon portrait chinois	81
	Se valoriser	FICHE 24 - La lettre à mon corps FICHE 26 - Mon portrait chinois	77 81
	Se représenter l'image de son corps	FICHE 27 - Miroir, mon beau miroir	84
	S'affirmer	FICHE 28 - Le conflit argumentatif FICHE 29 - Force de caractère FICHE 30 - Mieux s'exprimer pour mieux s'affirmer	87 89 92



## Note(s) pour l'intervenant

Ce « *portrait chinois* » se décompose en deux temps.

Dans le premier, le participant répond à la question classique « *si j'étais... je serais...* ».

Dans un deuxième temps, l'intervenant aide le participant à identifier

les qualités/compétences/talents qu'il a en commun avec l'animal, le végétal,

le personnage auxquels il s'est identifié. Cela demande de connaître un minimum

les participants, et aussi de posséder des qualités d'observation.

## Objectif(s) spécifique(s)

À la fin de l'activité, chaque participant aura amélioré l'image qu'il a de lui-même.

## Durée de l'activité

De 1h à 1 h15

## Nombre de participants

De 6 à 8

## Technique(s) d'animation

- Travail individuel
- Restitution en grand groupe

## Matériel nécessaire

- Feuilles
- Stylos

## Support(s) utilisé(s)

Fiche support participant « Mon portrait chinois »

## Consolidation des acquis

10 min

L'intervenant demande à ceux qui le souhaitent de dire dans quelles circonstances concrètes ils ont démontré les qualités mises ici en évidence.

Exemple : *« Je serais un chat = je suis souple et je retombe sur mes pattes ; ça m'arrive dans la vraie vie car je suis capable de me sortir des pires situations ; exemples : ... »*

L'intervenant demande aux participants de préciser par rapport à la maladie/la santé :  
*« Par rapport à sa maladie, pour ceux qui le souhaitent, expliquer en quoi ces qualités pourraient être profitables ».*

## Conclusion

5 min

L'intervenant conclut l'activité en rappelant les messages-clés, les idées fortes.

Il valorise et remercie les participants pour leur implication, leur créativité ou autre qualité démontrée au cours de l'activité. Il les encourage dans la réalisation de leurs objectifs personnels.

Pour finir, l'intervenant rappelle les prochaines étapes/échéances du programme d'éducation thérapeutique.

spontanément ce qui lui vient à l'esprit sur la fiche support participant *« Mon portrait chinois »*

Pour chaque item, il ajoute éventuellement les qualités complémentaires qu'il connaît ou aura perçues chez le participant. Il peut en cela être aidé par les autres participants.

**Temps 3 (15 min) :**

L'intervenant interroge chaque participant pour connaître sa réponse [*« Je serais un chat, une tortue, un géranium, une truite, Napoléon, la Joconde... »*]

L'intervenant conclut l'activité en rappelant les messages-clés, les idées fortes.  
Il valorise et remercie les participants pour leur implication, leur créativité ou autre qualité démontrée au cours de l'activité. Il les encourage dans la réalisation de leurs objectifs personnels.  
Pour finir, l'intervenant rappelle les prochaines étapes/échéances du programme d'éducation thérapeutique.

5 min



## SUPPORT PARTICIPANT

À distribuer à chaque participant

FICHE

26

L'image de soi

# Mon portrait chinois

SI J'ÉTAIS ...	JE SERAIS ...	QUALITÉS COMMUNES
UN ANIMAL		
UN VÉGÉTAL		
UN PERSONNAGE		



# Aide à l'évaluation de l'évolution des compétences psychosociales

## QUI REMPLIT L'OUTIL DE RECUEIL DE L'ÉVALUATION ?

- Le patient remplit seul un document (questionnaire, passeport, journal ...).
- Le soignant remplit un questionnaire avec le patient ou, à partir des échanges avec le patient, rédige une synthèse.

## A QUEL MOMENT J'UTILISE L'OUTIL D'ÉVALUATION ?

- Au cours d'une activité, à la fin d'un atelier de groupe ou individuel.
- Lors d'un entretien individuel spécifique de bilan intermédiaire ou final.
- A distance (1 mois, 3 mois, 6 mois... après la fin du programme d'ETP), lors d'un entretien ou via un courrier ou un message électronique.

## QUELLE EST LA NATURE DES DONNÉES QUE JE SOUHAITE RECUEILLIR ?

### 1/ Données de nature qualitative

Il s'agit de discours, d'éléments verbaux et non verbaux. En éducation du patient, l'entretien individuel et de groupe sont deux méthodes de recueil qualitatives. Il y a ensuite une analyse et une synthèse de ces données par l'intervenant (en collaboration avec le patient).

### 2/ Données de nature quantitative

Il s'agit de données mesurables.

#### Les échelles de mesure :

- Echelle à modalités de réponses binaires. Par exemple : "oui/non", "présent/absent", "d'accord/pas d'accord".
- Echelle à modalités de réponses ordinales. Par exemple "tout à fait d'accord, d'accord, moyennement d'accord, pas d'accord, pas du tout d'accord ».
- Items visuels-analogiques : on situe la réponse sur une ligne continue allant en général de 0 à 10 (absent à maximum). Parfois, certaines valeurs sont repérées par des exemples ou des descriptions.

## QUELS OUTILS D'ÉVALUATION ?

Exemples d'outils de recueil des données d'évaluation

tout d'accord ».

- Items visuels-analogiques : on situe la réponse sur une ligne continue allant en général de 0 à 10 (absent à maximum). Parfois, certaines valeurs sont repérées par des exemples ou des descriptions.

## QUELS OUTILS D'ÉVALUATION ?

Exemples d'outils de recueil des données d'évaluation



L'outil	Le moment	Le point de vue	Qui le remplit	Exemple	Remarques
Grille d'observation	Pendant une séance collective	Le patient ou l'intervenant	L'intervenant ou un patient	<p>Si la compétence visée dans la séance est « <i>Exprimer ses émotions</i> », la grille d'observation peut comprendre :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• des éléments qualitatifs : prises de notes des mots relatifs aux émotions exprimées par les patients</li> <li>• des éléments quantitatifs : échelle allant de « <i>pas d'émotions exprimées</i> » à « <i>grande expression d'émotions</i> »</li> </ul>	<p>Si plusieurs professionnels différents utilisent le même outil, il est nécessaire qu'un travail préalable permette de s'entendre sur ses modalités de remplissage.</p> <p>L'outil peut être utilisé pour évaluer un groupe ou un seul patient.</p> <p>Un patient du groupe peut être invité à remplir le document.</p>
Fiche de suivi individuel	Pendant et fin de programme	Le patient ou l'intervenant	L'intervenant	<p>Une même compétence peut être évaluée à plusieurs étapes pendant le déroulement d'un programme.</p>	<p>Le professionnel qui réalise cette évaluation doit être, si possible, le même du début à la fin.</p>
Journal de bord, passeport...	Au cours du programme	Le patient	Le patient	<p>Carnet avec des exemples sur des situations de sa vie quotidienne, des estimations des compétences qu'il a développées.</p>	<p>Cet outil est conservé par le patient tout au long du programme. Il peut le remplir quand il en a envie. Les intervenants peuvent également inviter les patients à le remplir à des moments particuliers.</p> <p>Il peut comporter des questions ouvertes ou fermées.</p>
	Lors d'un entretien individuel spécialisé	Le patient ou l'intervenant	L'intervenant	<p>L'intervenant écrit une synthèse sur les évolutions des compétences neurohémisphériques.</p>	<p>La forme du document doit être structurée et adaptée à toute l'équipe des intervenants.</p>



## Comment avoir un exemplaire de COMETE ?

- Le contenu de la mallette est disponible en téléchargement gratuit sur le site du CRES : <http://www.cres-paca.org/a/288/comete-pour-developper-les-competences-psychosociales-en-education-du-patient/>
- Des exemplaires de COMETE peuvent être commandés au CRES (bon de commande sur le site du CRES)



# Les voyages de COMETE

- **510** en France (310 en PACA)

## Plus loin :

- Belgique (Bruxelles, Liège, Namur, Charleroi, Verviers, Tournai) : **15**
- Monaco : **1** (CH Princesse Grace)

## Encore plus loin :

- Mayotte : **1**
- Guadeloupe : **2**



# ETP en SCÈNE

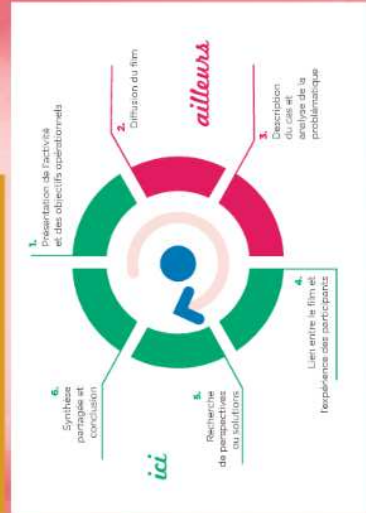
*9 films supports  
pour intervenir en  
Éducation  
Thérapeutique  
du Patient*



## LES FILMS

<p><b>12</b></p> <p><b>POUR LA SÉRIE DE DOCUMENTAIRE</b></p> <p><b>LES ÉVALUÉS</b></p> <p>1. Présentation de l'activité et des objectifs opérationnels</p> <p>2. Description du cas et analyse de la problématique</p> <p>3. Recherche de perspectives ou solutions</p> <p>4. Synthèse partagée et conclusion</p> <p>5. Diffusion du film</p> <p>6. Lien entre la film et l'expérience des participants</p>	<p><b>13</b></p> <p><b>POUR LA SÉRIE DE DOCUMENTAIRE</b></p> <p><b>LES ÉVALUÉS</b></p> <p>1. Présentation de l'activité et des objectifs opérationnels</p> <p>2. Description du cas et analyse de la problématique</p> <p>3. Recherche de perspectives ou solutions</p> <p>4. Synthèse partagée et conclusion</p> <p>5. Diffusion du film</p> <p>6. Lien entre la film et l'expérience des participants</p>	<p><b>14</b></p> <p><b>POUR LA SÉRIE DE DOCUMENTAIRE</b></p> <p><b>LES ÉVALUÉS</b></p> <p>1. Présentation de l'activité et des objectifs opérationnels</p> <p>2. Description du cas et analyse de la problématique</p> <p>3. Recherche de perspectives ou solutions</p> <p>4. Synthèse partagée et conclusion</p> <p>5. Diffusion du film</p> <p>6. Lien entre la film et l'expérience des participants</p>
<p><b>15</b></p> <p><b>POUR LA SÉRIE DE DOCUMENTAIRE</b></p> <p><b>LES ÉVALUÉS</b></p> <p>1. Présentation de l'activité et des objectifs opérationnels</p> <p>2. Description du cas et analyse de la problématique</p> <p>3. Recherche de perspectives ou solutions</p> <p>4. Synthèse partagée et conclusion</p> <p>5. Diffusion du film</p> <p>6. Lien entre la film et l'expérience des participants</p>	<p><b>16</b></p> <p><b>POUR LA SÉRIE DE DOCUMENTAIRE</b></p> <p><b>LES ÉVALUÉS</b></p> <p>1. Présentation de l'activité et des objectifs opérationnels</p> <p>2. Description du cas et analyse de la problématique</p> <p>3. Recherche de perspectives ou solutions</p> <p>4. Synthèse partagée et conclusion</p> <p>5. Diffusion du film</p> <p>6. Lien entre la film et l'expérience des participants</p>	<p><b>17</b></p> <p><b>POUR LA SÉRIE DE DOCUMENTAIRE</b></p> <p><b>LES ÉVALUÉS</b></p> <p>1. Présentation de l'activité et des objectifs opérationnels</p> <p>2. Description du cas et analyse de la problématique</p> <p>3. Recherche de perspectives ou solutions</p> <p>4. Synthèse partagée et conclusion</p> <p>5. Diffusion du film</p> <p>6. Lien entre la film et l'expérience des participants</p>
<p><b>18</b></p> <p><b>POUR LA SÉRIE DE DOCUMENTAIRE</b></p> <p><b>LES ÉVALUÉS</b></p> <p>1. Présentation de l'activité et des objectifs opérationnels</p> <p>2. Description du cas et analyse de la problématique</p> <p>3. Recherche de perspectives ou solutions</p> <p>4. Synthèse partagée et conclusion</p> <p>5. Diffusion du film</p> <p>6. Lien entre la film et l'expérience des participants</p>	<p><b>19</b></p> <p><b>POUR LA SÉRIE DE DOCUMENTAIRE</b></p> <p><b>LES ÉVALUÉS</b></p> <p>1. Présentation de l'activité et des objectifs opérationnels</p> <p>2. Description du cas et analyse de la problématique</p> <p>3. Recherche de perspectives ou solutions</p> <p>4. Synthèse partagée et conclusion</p> <p>5. Diffusion du film</p> <p>6. Lien entre la film et l'expérience des participants</p>	<p><b>20</b></p> <p><b>POUR LA SÉRIE DE DOCUMENTAIRE</b></p> <p><b>LES ÉVALUÉS</b></p> <p>1. Présentation de l'activité et des objectifs opérationnels</p> <p>2. Description du cas et analyse de la problématique</p> <p>3. Recherche de perspectives ou solutions</p> <p>4. Synthèse partagée et conclusion</p> <p>5. Diffusion du film</p> <p>6. Lien entre la film et l'expérience des participants</p>

## ÉTAPES D'ANIMATION





#### COORDINATION DU PROJET

**Benoît SAUGERON**, formateur, chargé de projets, CRES Paca

**Pierre SONNIER**, pharmacien, chargé de projets, CRES Paca

#### COMITÉ DE PILOTAGE

**Alain DECCACHE**, professeur émérite en santé publique, Université catholique de Louvain, Belgique

**Kenny DUNAND-SAUTHIER**, consultant en santé au travail, Vaenas consulting group

**Marielle FRECHE**, diététicienne, ADPC Marseille

**Marie-Claude LAGOUANELLE**, médecin de santé publique, AP-HM

**Marie Laure LUMEDILUNA**, patiente experte, AFD d'Aix - Pays de Provence, représentante des usagers, CISS Paca

**Adrien MARZIALE**, interne en santé publique, CRES Paca

**Vanessa PEZE**, psychologue sociale de la santé, ADPC-Marseille & AFD d'Aix - Pays de Provence

#### APPORTS DOCUMENTAIRES

**Stéphanie MARCHAIS**, documentaliste, CRES Paca

#### RELECTURES

**Cécile CHAUSSIGNAND**, chargée de projets, CRES Paca

**Lisbeth FLEUR**, chargée de communication, CRES Paca

**Sylvie KINDREBEOGO**, infirmière coordinatrice, Réseau Santé Marseille Sud

**Zeina MANSOUR**, directrice, CRES Paca

**Isabelle POURRAT**, médecin coordinateur, Unité diététique de Pégomas

**Jacqueline RIUS**, assistante formation, CRES Paca

#### RÉALISATION AUDIOVISUELLE

**Marion LAGARDE**, directrice de clientèle, Les Nouveaux Médias

**Natacha LE-MINH**, journaliste, Les Nouveaux Médias

**Tous les partenaires et contributeurs de ce projet sont chaleureusement remerciés.**

- **Objectif** : Renforcer les compétences psychosociales des personnes atteintes de maladies chroniques
- Les 9 films s'inspirent de situations déjà rencontrées par des équipes soignantes et des associations de patients
- Ils ont une vocation pédagogique et se basent sur la technique de l'étude de cas
- Les personnages sont des acteurs

## FILM 1 POSER DES QUESTIONS EN CONSULTATION



04719



### Axe principal de la situation

Aborder les difficultés que les patients éprouvent à parler de sujets intimes ou inhabituels et à poser des questions lors d'une consultation avec un professionnel de santé.

### Résumé de la situation

André a rendez-vous chez son médecin traitant pour le suivi dans le cadre de sa maladie chronique. Aidé de son épouse Juliette, il réfléchit aux points qu'il veut évoquer avec lui. Il souhaite profiter de

l'entretien pour faire le point sur ses vécus, évoquer ses douleurs au ventre dues au changement du traitement. Il souhaite également évoquer ses problèmes de libido et de vie sexuelle. Il craint de parler trop si c'est à son médecin qu'il peut ou doit en parler.

André se rend seul à la consultation. Après avoir abordé les vaccins, les douleurs au ventre ainsi que tous les éléments de son dossier médical, il se présente à son médecin. Finalement il ne lui en parle pas.

De retour à la maison, André échange avec Juliette sur la façon dont s'est déroulée la consultation.

## FILM 2 LA PLACE DES MÉDICAMENTS DANS LE TRAITEMENT



258



### Axe principal de la situation

Le traitement d'une maladie chronique ne se limite pas aux médicaments, qui ne sont que l'une des stratégies du traitement, à côté des stratégies non médicamenteuses sur les comportements thérapeutiques.

En outre, il est important de faire la distinction entre traitement de fond (quotidien) et traitement de crise (au besoin).

### Résumé de la situation

Benoît et Youssef, deux amis, discutent en prenant un verre à la terrasse d'un café. Ils abordent les différents aspects de leur maladie chronique. Youssef parle de son traitement, en parlant à ses médicaments... alors que Benoît parle de tout le traitement (qui comprend l'alimentation, l'activité physique...). Youssef lui rappelle l'importance de la mesure de la concentration.

## FILM 3 CE QUI INFLUENCE L'ÉVOLUTION DE LA MALADIE



420



### Axe principal de la situation

Echanger sur la diversité des éléments qui influencent l'état de santé et la maladie, discuter ceux sur lesquels il est possible d'agir et ceux sur lesquels il ne l'est pas. Améliorer la confiance des patients dans leur capacité à agir sur leur maladie et leur état de santé.

### Résumé de la situation

Pascal, Jamal et Philippe discutent ensemble de leur maladie, de ce qui la fait évoluer et de ce qu'ils peuvent faire pour améliorer leur état de santé. Ils parlent de leurs propres comportements, de leurs efforts et encouragements face à la maladie et aux résultats. Le suivi des recommandations des soignants, l'importance de la confiance en soi sont questionnés par Pascal, Jamal et Philippe. Ils s'entraident sur l'importance de croire en soi et en ses forces.



## FILM 4 FAIRE FACE À LA PRESSION DE L'ENTOURAGE

3'58



### Axe principal de la situation

Aborder les difficultés rencontrées au quotidien par les patients soumis en permanence au besoin de respecter les conseils nutritionnels imposés par la maladie, et l'influence des proches.

### Résumé de la situation

On fête en famille le baccalauréat de Benjamin. Pour l'occasion, il est très difficile pour son père de suivre les conseils relatifs à son régime alimentaire. Les proches sont très respectueux des recommandations médicales, qui le surveille en permanence, et ses enfants qui l'encouragent à se faire plaisir pour l'occasion.



## FILM 5 METTRE EN PLACE UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

3'05



### Axe principal de la situation

Faire prendre conscience au patient de l'importance de la pratique d'une activité physique comme traitement thérapeutique non médicamenteux en complément du traitement. Évoquer les difficultés qui peuvent être rencontrées lors de la prescription médicale d'activités physiques afin de se (re)mettre à la pratique. Échanger sur les solutions permettant de surmonter ces difficultés.

### Résumé de la situation

Deux patients amis se croisent par hasard dans un espace public. Alice profite de la météo favorable pour faire une marche à vélo. Elle est accompagnée par son frère. Juste à côté d'une consultation médicale durant laquelle son médecin lui a prescrit la pratique d'une activité physique en complément de son traitement médicamenteux. Alice et JP cheminent ensemble et échantent sur différents aspects liés à la pratique d'une activité physique.



## FILM 6 FAIRE FACE AU REGARD DES AUTRES

3'22



### Axe principal de la situation

Echanger avec les patients sur la perception qu'ils ont du regard et des comportements de l'entourage familial et professionnel de la survenue de la maladie. Recueillir les avis des patients sur les comportements, relationnels, comportementaux) ainsi que sur leur vécu et gestion de la maladie.

Repérer les attitudes et les comportements mis en œuvre pour faire face à ce regard et identifier les difficultés rencontrées pour y faire face.

### Résumé de la situation

Sabine explique à sa fille que depuis son mariage sur son lieu de travail, ses collègues n'agissent plus de la même manière avec elle. Elle se sent dévalorisée et humiliée. Elle a été licenciée et cela lui remémore les préjudés dont la maladie est porteuse. Dans l'espoir de l'aider, sa fille lui rappelle la réaction qu'elle et son père ont eue lors de la survenue de la maladie et des idées reçues qu'ils avaient à son sujet. Elle lui fait remarquer que c'est à son tour de changer son regard. Elle lui rappelle également l'aide apportée grâce aux échanges réitérés et réguliers avec les professionnels (médecins, diététiciens, psychologues...). Les proches ou les associations de parents. Elle lui rappelle également l'aide apportée par ses collègues de travail de sa mère.





## FILM 7 SE POSITIONNER FACE À LA MALADIE

🕒 2:25



### Axe principal de la situation

Aborder le rapport à la maladie : les différentes réactions (« avec » ou « contre ») à l'égard de la maladie, les différents enjeux de la maladie (dénutrition, infection...), les solutions pour apprivoiser sa maladie et vivre avec.

### Résumé de la situation

Deux bénéficiaires de l'Association des Diabétiques de la Région de Casablanca se rencontrent lors d'un forum santé organisé dans le cadre d'une campagne nationale de prévention. La scène se passe un samedi matin, dans un lieu accueillant du public. Les deux personnes se connaissent et se parlent sur le sujet, sans grand succès. Elles se retrouvent quelques jours plus tard, lorsqu'ils ont connus, leur lutte contre la maladie, leurs efforts au quotidien pour préserver leur qualité de vie.



## FILM 8 PARLER DE SA MALADIE

🕒 3:41



### Axe principal de la situation

Echanger sur la difficulté de parler de sa maladie et de trouver un soutien social, les enjeux de la maladie et de la vie avec la maladie, les différents enjeux de la maladie (dénutrition, infection...), les solutions pour apprivoiser sa maladie et vivre avec.

### Résumé de la situation

La scène se déroule à table entre un père, sa fille et une maquette en papier de sa fille adulte. Ils discutent de la vie avec la maladie. Le père exprime son exaspération par rapport à sa maladie. Grâce aux encouragements de sa fille, il en vient à évoquer la maladie, le traitement contraignant... et la difficulté d'en parler. Elle écoute sans coup-filer, elle se contente de réfléchir à la façon de trouver quelque chose qui le compréhende...



## FILM 9 RÉSISTER À LA TENTATION ALIMENTAIRE

🕒 3:49



### Axe principal de la situation

Aborder les difficultés rencontrées au quotidien par les patients qui sont soumis au besoin de respecter les conseils nutritionnels, tout en devant résister aux tentations alimentaires liées à la faim, à l'ennui, à la contrainte, ou à l'influence des proches...

### Résumé de la situation

Catherine passe sa journée de travail, puis rentre à la maison. Tout au long de sa journée, des événements peuvent favoriser le grignotage : ne pas avoir assez mangé à midi, avoir une grosse contrainte, s'ennuyer. Catherine essaie de faire face à son état de faim, mais elle finit par céder à la tentation et se laisse aller à manger. Elle se sent malade et se rappelle les recommandations concernant sa maladie.

# FILM 9 RÉSISTER À LA TENTATION ALIMENTAIRE



3-49



## Axe principal de la situation

Aborder les difficultés rencontrées au quotidien par les patients qui sont soumis au besoin de respecter les conseils nutritionnels, tout en devant résister aux tentations alimentaires liées à la fameuse « tentation de la contrainte », ou à l'influence des proches...

## Résumé de la situation

Catherine passe sa journée de travail, puis rentre à la maison. Tout au long de sa journée, des événements peuvent favoriser le grignotage : ne pas avoir assez mangé à midi, avoir une grosse contrainte, s'ennuyer. Catherine doit faire face à son ambivalence entre répondre à un besoin, un désir immédiat et suivre les recommandations concernant sa maladie.

# Analyse

## Sujets d'échanges avec les patients

- Êtes-vous confronté aux mêmes difficultés que Catherine ?
- Comment faire face à ces envies, ces petites tentations et frustrations du quotidien ?
- Que ressentez-vous dans ces moments-là ? Comment réagissez-vous ?

## Ressources documentaires pour les intervenants

### → LES DÉTERMINANTS DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

RASTOUIN Jean-Louis,  
GHERSI Gérard.  
Le système alimentaire mondial.  
Concepts et méthodes, analyses  
et dynamiques. Editions Quae, 2010,  
584 p.

Avec pour double objectif d'aider à la décision et de donner un éclairage pédagogique sur les multiples aspects du système alimentaire mondial, cet ouvrage présente les théories, les méthodes, les concepts fondateurs et les plus récents, ainsi que des analyses empiriques et historiques sur la question très actuelle de l'alimentation d'une population croissante, dans un contexte de crise technologique, économique et sociale.

### → PRENDRE SOIN DE SOI, L'EMPOWERMENT

SANDRIN-BERTHON Brigitte,  
ZIMMERMANN Cécilia,  
LACROIX Anne (et al.).  
Education thérapeutique. Concepts et enjeux. Dossier, ADSP, n° 66, 2009-03,  
pp. 9-39 <http://www.hcsp.fr/explora.cgi/A4ds97461e106>

Ce dossier explique que la manière de prendre soin de soi et de sa santé est le résultat, souvent provisoire, de processus multiples et dynamiques en réponse aux différentes tensions :

- tension entre des objectifs de santé physique ou biologique et d'autres objectifs de santé, par exemple psychiques et sociaux, tout aussi importants pour le malade ;
- tension entre des priorités de vie pour soi ou pour autrui (travail, famille, loisirs, valeurs...);
- tension entre différentes images de soi, par exemple l'image idéalisée de soi avant la maladie, l'image incertaine de soi aujourd'hui, et l'image redoutée de soi projetée ;
- tension entre différents positionnements possibles de la santé et de la maladie par rapport à soi (superposition, opposition, cohabitation...);
- tension entre différents types de soins potentiellement contradictoires – besoins de sécurité, d'autodétermination, d'auto-efficacité et de cohérence.

FILM 4  
FAIRE FACE  
À LA PRESSION  
DE L'ENTOURAGE

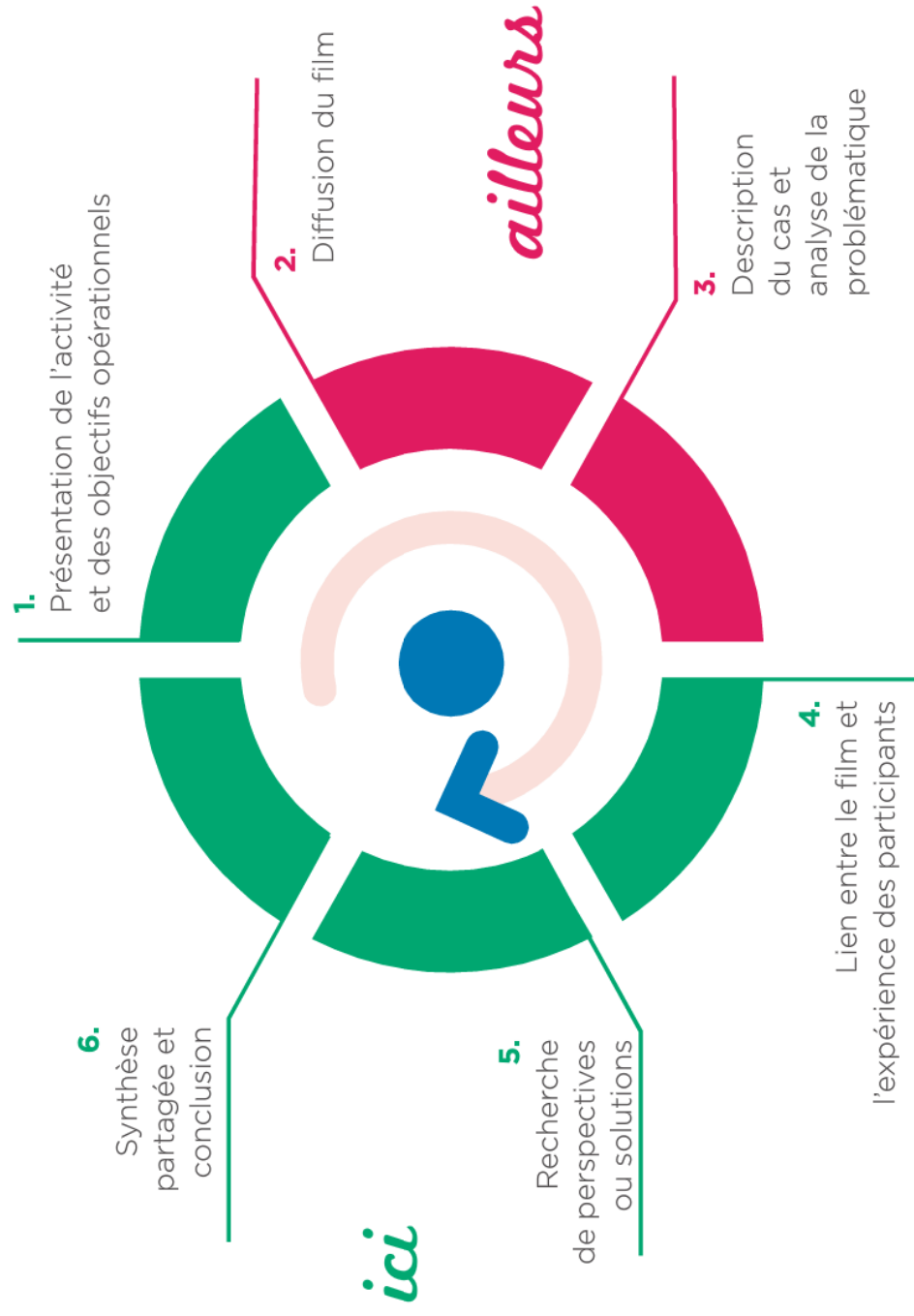


3:58



[https://www.youtube.com/watch?v=H4VVaN\\_S9Qs](https://www.youtube.com/watch?v=H4VVaN_S9Qs)

# ÉTAPES D'ANIMATION



# ETP en SCÈNE

*9 films supports  
pour intervenir en  
Éducation  
Thérapeutique  
du Patient*



[www.cres-paca.org](http://www.cres-paca.org)  
chaîne YouTube du CRES



La suite des outils...



1 mallette PLANETE disponible pour tous les programmes ETP autorisés en PACA

# Merci de votre attention

**Contacts :**

- Pierre Sonnier pierre.sonnier@cres-paca.org
- Benoit Saugeron benoit.saugeron@cres-paca.org

