

25 Janvier 2025 - UGECAM

Module 3

Compétences et objectifs thérapeutiques



Education
thérapeutique du
patient

Elise Galmes – formatrice ETP - EAPA – Etudiante IFMK

Présentation

- + Mon parcours
- + Et vous ?



Vos apprentissages en ETP



PETITE SOUPE DE NEURONES : BRAIN-STORMING :
QUELQUES MOTS ET CONCEPTS RETENUS DURANT
LES INTERVENTIONS PRÉCÉDENTES EN ETP



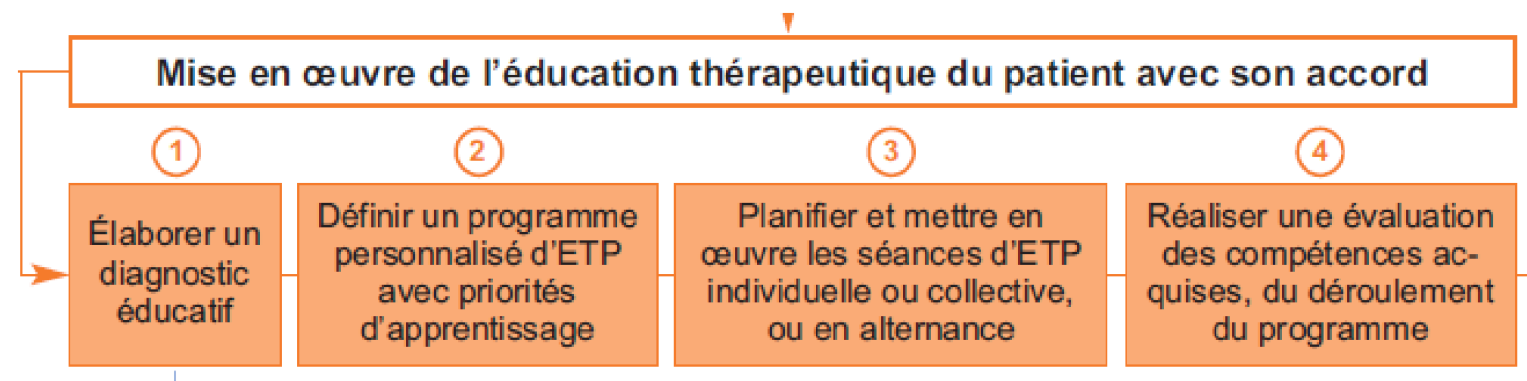
VOS EXPÉRIENCES PERSONNELLES EN ETP SUR LES
TERRAINS DE STAGES



ATELIER CRÉATIF : EN 10 MINUTES, DESSINER/
ESQUISSEZ CE QU'EST POUR VOUS L'ETP (NOUS
REPRENDRONS LE DESSIN EN FIN DE 4ÈME
MODULE)

Le contexte

Les 4 grandes étapes d'une démarche éducative



Bilan Educatif Partagé

Ref : HAS, 2007

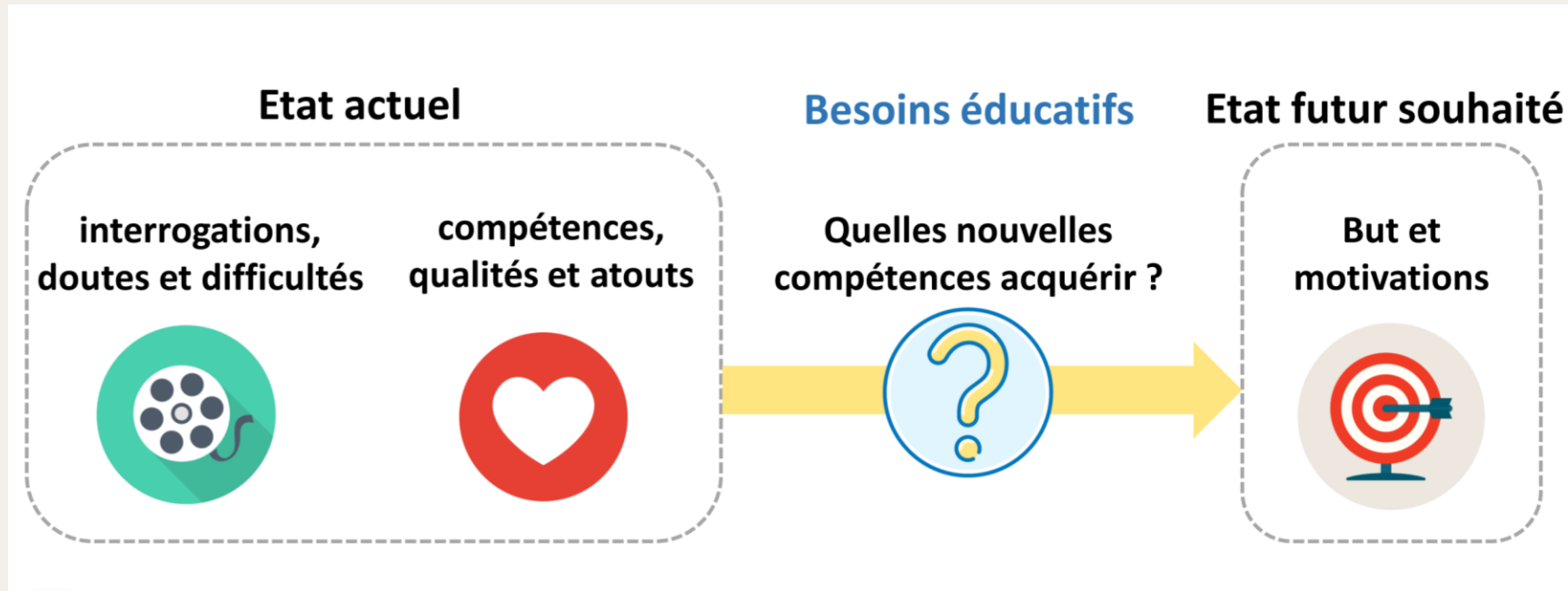
Plan de notre après-midi

1. Cibler les compétences éducatives utiles
2. Passer des compétences aux objectifs
3. Faciliter les apprentissages

The background is a light beige color. In the top-left corner, there is a white semi-circle and several blue dashed wavy lines. In the bottom-right corner, there is another white semi-circle, a solid orange wavy line, and more blue dashed wavy lines.

1. Cibler les compétences éducatives utiles

Des besoins aux compétences



Source : Marie-Eve Huteau Formatrice

Etude de cas

"Alain aime aller à la pêche et à la chasse avec ses amis. Il est grand père de 3 petits enfants, il vit avec sa femme qui a des soucis de santé (SEP) et il doit gérer beaucoup de choses à la maison. Alain a une BPCO, il ne fume plus depuis 5 ans. Il se sent essoufflé dans ses activités et en fait de moins en moins. Il dit ne plus pouvoir jouer au ballon avec ses petits enfants. Il prend son traitement de fond chaque jour et respecte ses rdv bi-annuels chez son pneumologue. Cependant il refuse d'entendre parler de la nécessité d'utiliser de l'oxygénothérapie. Il présente un surpoids important, il cuisine lui même à la maison et dit que c'est difficile de faire des repas équilibrés."

- Identifier ses problématiques
- Enumérer les compétences qu'il possède déjà
- Formuler de potentiels besoins éducatifs (les compétences à acquérir) "il pourrait apprendre à ..."

Les différents types de compétences

Les compétences en ETP « officielles »

Auto-soins



« techniques », « sécuritaires »

Décisions prises avec l'intention de : **modifier**
l'effet de la maladie sur sa santé

Adaptation



« psychosociales »

Décisions prises avec l'intention de :
diriger et maîtriser son existence,
acquérir la capacité à vivre dans son
environnement et à le modifier

Pour les compétences d'Alain, comment les classer ?

Guide HAS

Les compétences d'autosoins

- Soulager les symptômes.
- Prendre en compte les résultats d'une autosurveillance, d'une automesure adapter des doses de médicaments, initier un autotraitement.
- Réaliser des gestes techniques et des soins.
- Mettre en œuvre des modifications à son mode de vie (équilibre diététique, activité physique, etc.).
- Prévenir des complications évitables.
- Faire face aux problèmes occasionnés par la maladie.
- Impliquer son entourage dans la gestion de la maladie, des traitements et des répercussions qui en découlent.

Les compétences d'adaptation

- Se connaître soi-même, avoir confiance en soi.
- Savoir gérer ses émotions et maîtriser son stress.
- Développer un raisonnement créatif et une réflexion critique.
- Développer des compétences en matière de communication et de relations interpersonnelles.
- Prendre des décisions et résoudre un problème.
- Se fixer des buts à atteindre et faire des choix.
- S'observer, s'évaluer et se renforcer.

The background is a light beige color. It features decorative elements: a white semi-circle in the top-left corner, a white semi-circle in the bottom-right corner, and several wavy lines. Most of these lines are dashed and blue, flowing from the left and right edges towards the center. A single solid orange line flows from the bottom-left towards the bottom-right corner.

2. Passer des compétences aux objectifs

Liens

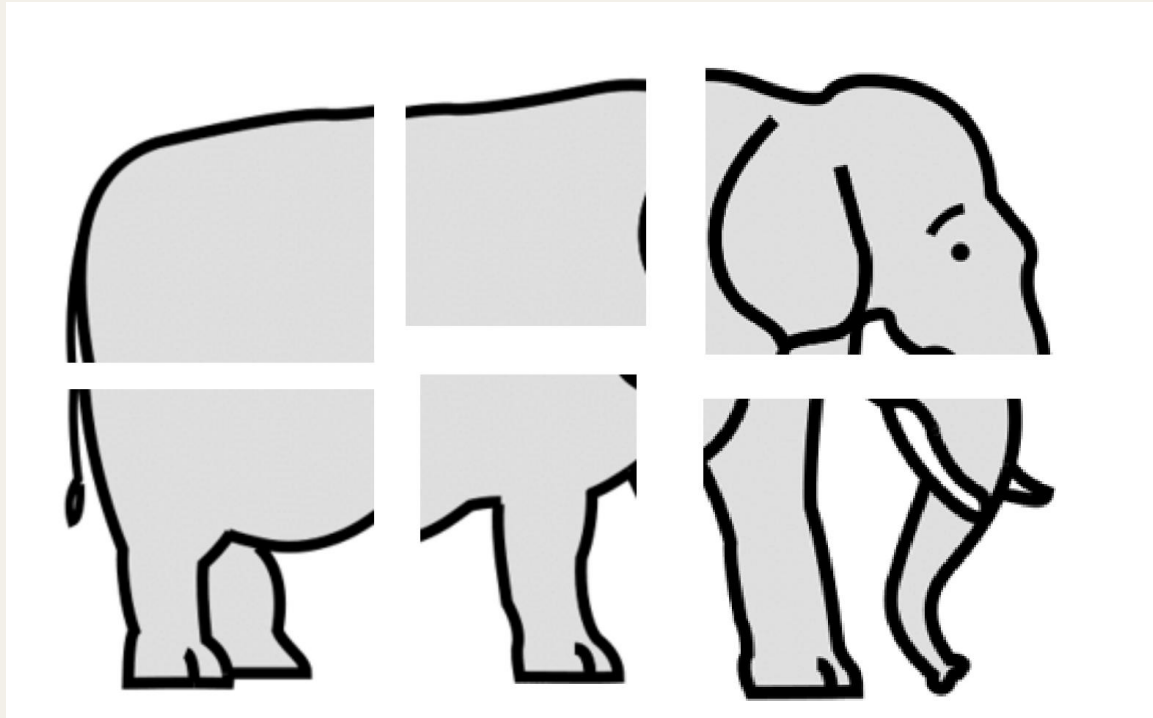


D'APRÈS VOUS, QUELS SONT LES LIENS
ENTRE COMPÉTENCES ET OBJECTIFS ?



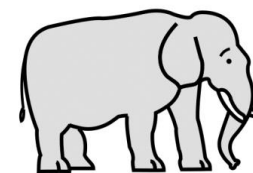
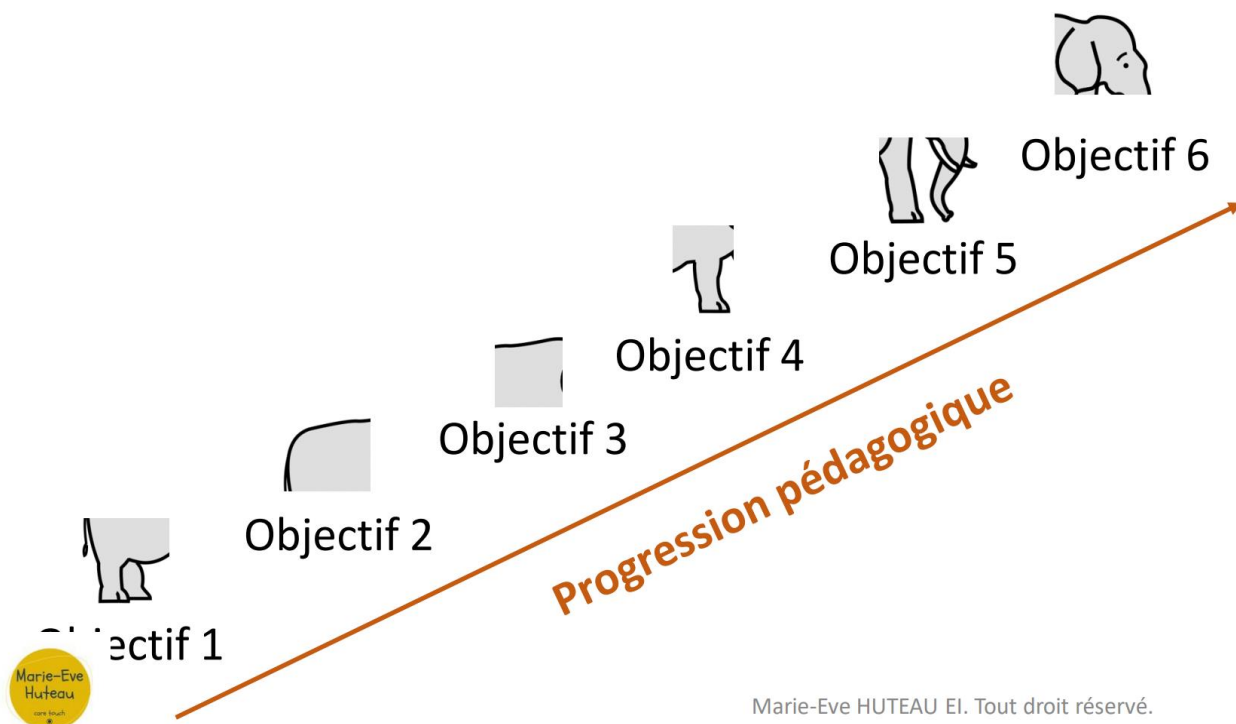
LECTURE DU CONTE A PLUSIEURS VOIX

Le conte de l'éléphant



Interprétation

La progression pédagogique



Compétence visée
(situation réelle)

Plus concrètement

- + On va viser des objectifs pendant la ou les séances ETP
- + Pour atteindre des compétences après, en situation réelle ...
- + Boucle induction- déduction/ $S + SF + SE$

Les objectifs éducatifs



Ils indiquent clairement le comportement à faire évoluer

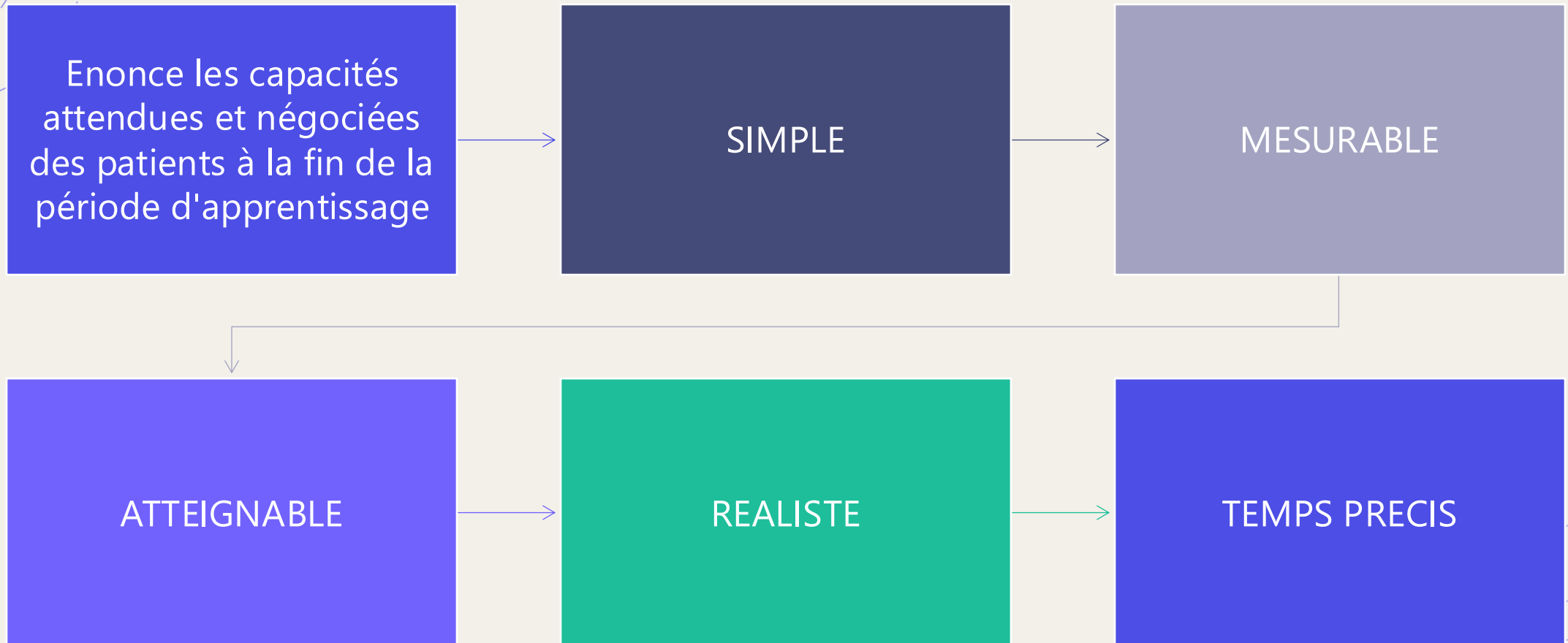


Ils ont une visée thérapeutique, ils contribuent à la sécurité et à la réalisation de projet du patient



Formulation "être capable de... afin de ..."

Objectifs SMART



Des exemples en maladies respiratoire

Identification des objectifs – les objectifs éducatifs

Exemples :

« Adopter la pratique régulière d'une activité physique endurante afin d'améliorer la tolérance à l'effort ».

« Connaître et mettre en œuvre les postures et comportements économes en énergie afin de préserver son capital énergétique (postures évitant la compression abdominale) ».

« Effectuer efficacement la ventilation abdomino-diaphragmatique à dominante expiratoire afin de mieux gérer sa dyspnée ».....

Programme ETP Occitan'air

Listes des ateliers d'ETP proposés en 2023

1. C'est aussi moi qui sais !

Des ateliers qui vous permettent de mieux comprendre votre maladie, vos traitements et vos examens ainsi que de mieux communiquer sur ces thématiques avec vos proches.

- 1.1 Mieux comprendre et expliquer à mon entourage mes maladies et le fonctionnement de mes traitements.
- 1.2 Mieux savoir interpréter les résultats d'un examen (Spirométrie, ECG, etc...).
- 1.3 L'oxygénothérapie. Quels bénéfices et comment l'utiliser efficacement ?

2. C'est moi qui agis !

Des ateliers qui abordent des comportements de santé essentiels sur lesquels vous avez le pouvoir d'agir.

- 2.1 Bien manger en cuisinant de façon saine (atelier cuisine collectif).
- 2.2 Apprendre à mieux respirer avec des techniques respiratoires efficaces.
- 2.3 L'importance du sommeil et son effet sur ma santé.
- 2.4 Comprendre le fonctionnement des addictions pour mieux les gérer.

3. Je connais mes droits

Ces ateliers ont pour objectif de vous aider à faire valoir vos droits. Cela passe par une meilleure connaissance des partenaires et dispositifs qui peuvent vous accompagner dans la réalisation de vos projets. Mais aussi par une meilleure maîtrise de l'informatique qui devient incontournable.

- 3.1 Connaître ses droits et les interlocuteurs pertinents pour mener à bien ses projets.
- 3.2 Cours d'auto-défense numérique. Quelques notions de base en informatique (2 ateliers).

4. Je suis bien dans ma tête et dans mon corps

Grâce aux ateliers proposés, trouvez davantage d'apaisement. Ces ateliers vous permettent de mieux gérer vos émotions et vos douleurs, d'améliorer votre confiance en vous, de mieux vous affirmer ou encore de vous relaxer de façon plus efficace.

- 4.1 Techniques de respiration pour apprendre à se détendre et se ressourcer (yoga respiratoire, sophrologie...) (2 ateliers).
- 4.2 Découverte du Qi Gong (2 ateliers).
- 4.3 Musicothérapie (2 ateliers).
- 4.4 Apprendre à poser sa voix pour gérer l'essoufflement (1 atelier).



La majorité des ateliers de cette thématique nécessite la participation à 2 ateliers sur le même sujet (sauf l'atelier 4.4)

Exemple : si je choisis l'atelier Musicothérapie, j'aurai obligatoirement 2 sessions de Musicothérapie. Il ne me reste donc que 2 autres ateliers à choisir (et non 3).

5. Je fais des gestes sains pour mon quotidien

Ces ateliers ont pour objectif de vous aider à vous sentir mieux chez vous.

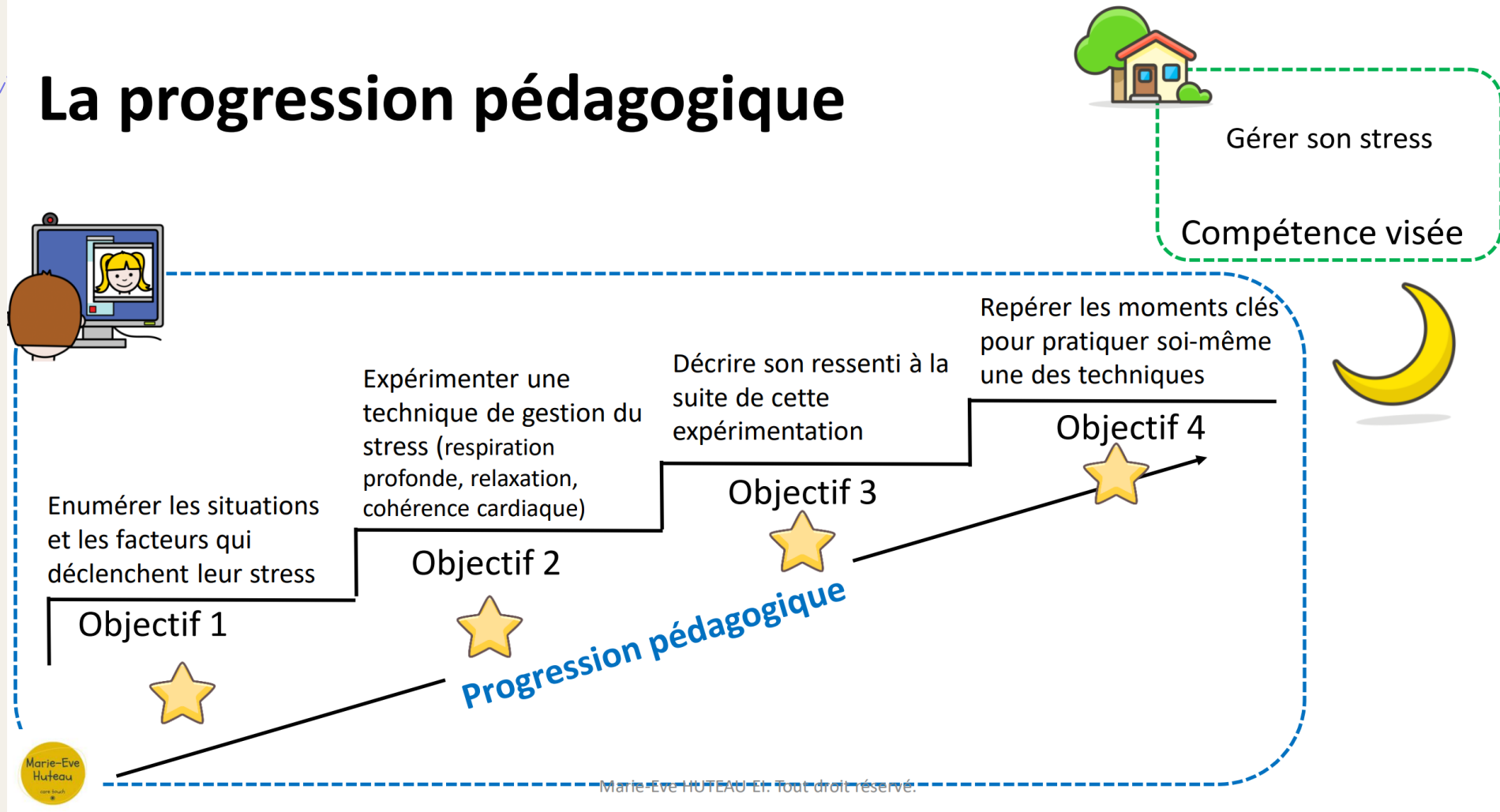
- 5.1 Ergothérapie : Réaliser les gestes du quotidien en toute sécurité.
- 5.2 Pollution intérieure : Pour une maison plus saine, faites vos produits d'entretien vous-même.

Pourquoi cette
métaphore ?



Les escaliers ! Étape par étape

La progression pédagogique



Quelles options ?



Des exemples

Nutrition et diabète



Compétence visée

Retrouver le plaisir de manger



Objectif éducatif

Imaginer des astuces pour
« manger plaisir » à tester d'ici
la prochaine consultation

Nutrition entérale



Compétence visée

Réaliser des gestes techniques



Objectif éducatif

Rincer sa GEP avec de l'eau
d'ici la fin de l'hospitalisation

A vous !!

Douleur



Compétence visée

Adapter ses doses de médicaments
en fonction de sa douleur



Objectif éducatif

.....
.....

Stomie



Compétence visée

Se sentir plus à l'aise avec une
stomie



Objectif éducatif

.....
.....

Passer un examen



Compétence visée

Gérer son stress pendant la
réalisation de l'examen



Objectif éducatif

.....
.....

Fatigue



Compétence visée

Ajuster ses activités à sa fatigue



Objectif éducatif

.....
.....



PAUSE
15 min

+



3. Faciliter les apprentissages

Jeux



Alors quel atelier
vous donnerait le
plus envie ?



3 groupes : chacun
une consigne



Préparation 10
minutes



Restitution en "mode
théâtre" 5 min par
sous groupes



VOTES

Les méthodes pédagogiques



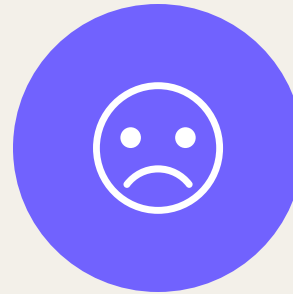
Méthode Magistrale



L'intervenant dispense ses connaissances avec un support (diapo, vidéo, photos...)



Avantages : facile à apprendre, permet de donner beaucoup d'informations en peu de temps, peu de préparation, formateurs interchangeable



Inconvénients : participants retiennent peu d'informations, peu ou pas d'échanges, difficile de rester concentré, participants passifs

Les méthodes pédagogiques

+ Méthode interrogative

Le formateur pose des questions aux participants, qui partagent leurs connaissances sur le sujet traité, le formateurs amène des compétences d'informations en fonction du sujet traité

Avantages : permet d'être actif, favorise l'échange, meilleure rétention des savoirs, permet d'adapter le contenu en fonction des connaissances des participants.

Inconvénients : certains participants sont plus actifs que d'autres, les questions ne doivent pas être trop difficile, demande de l'adaptation et capacités de rebondir

Les méthodes pédagogiques

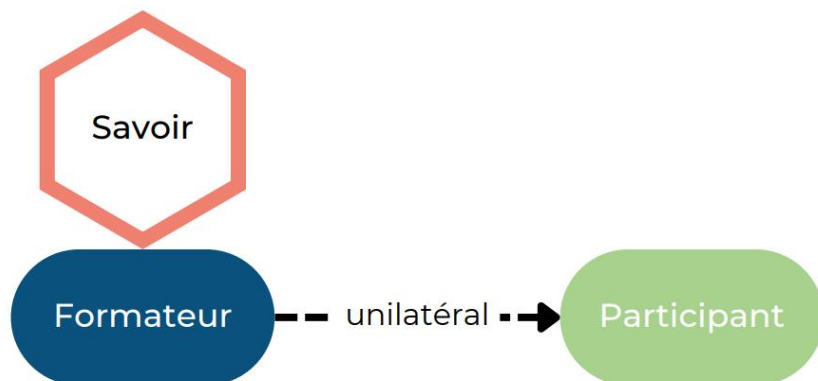
+Méthode de la découverte

Favorise la réflexion et la collaboration entre les participants au travers de la résolution d'un problème ou d'étude de cas, fait appel à la créativité.

Avantages : meilleure motivation des participants, mémorisation forte, favorise la créativité, capacités d'analyse et de réflexions, retours riches pour le formateur également

Inconvénients : très chronophage, consignes doivent être précises pour ne pas déborder, le formateur devient médiateur

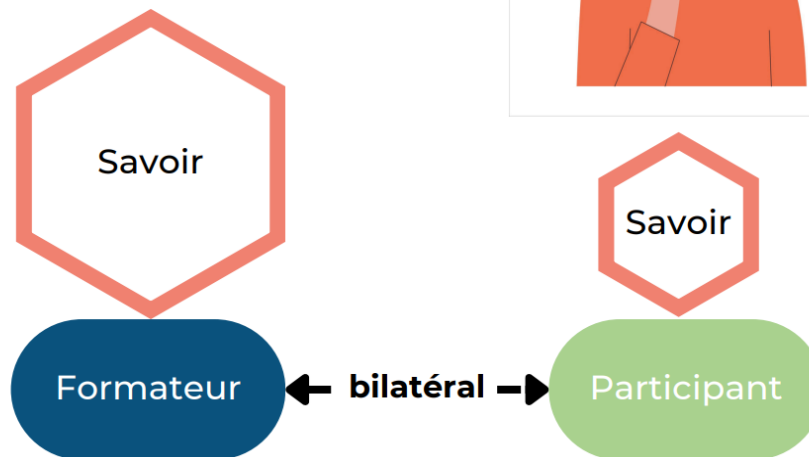
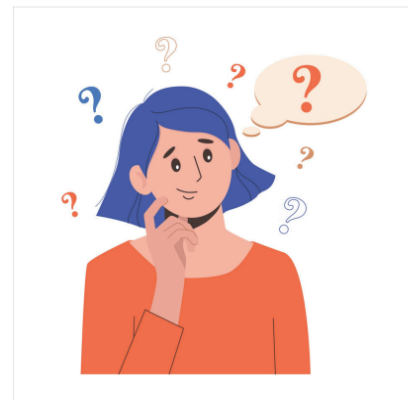
Méthode de formation : Magistrale



Exemple d'outils :

- Diapositives
- Photos
- Schémas

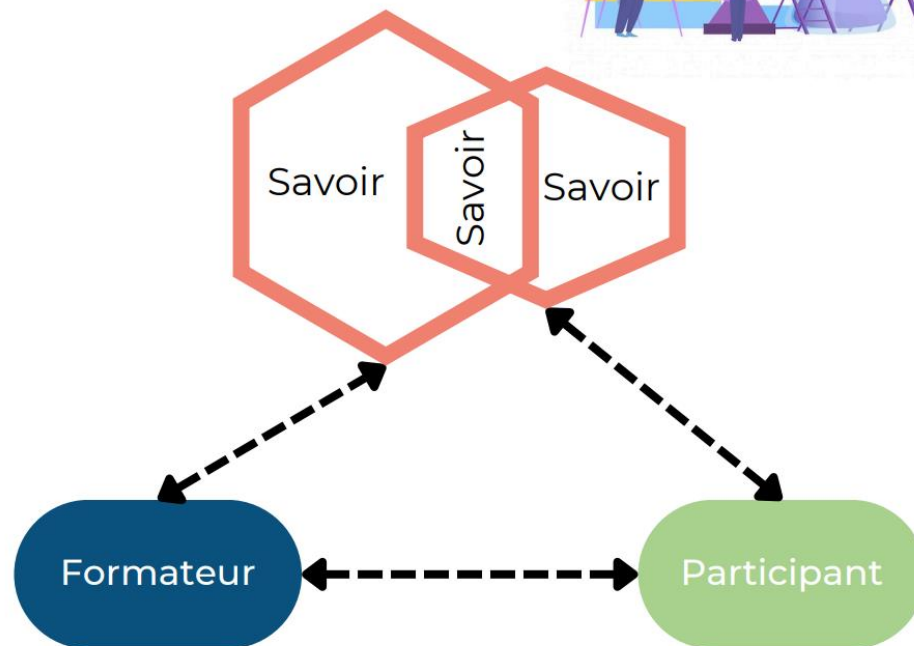
Méthode de formation : Interrogative



Exemples d'outils :

- Quiz (en équipe)
- Trivial poursuit
- Jeux de l'oie.

Méthode de formation : Découverte

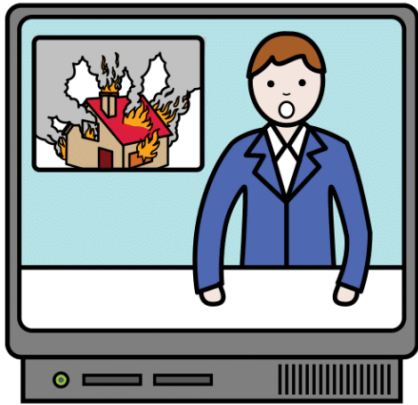


Exemple d'outils :

- Métaplan
- Etude de cas
- Manipulation d'objets
- Résolution de problème

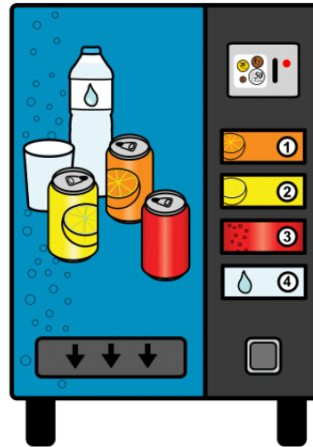
Synthèse : clarifier son intention pédagogique

1 Informer



L'expert est centré sur le contenu et le message à délivrer.
L'information doit être valide, le, claire, adaptée à la personne

2 Conseiller



L'expert apporte un conseil (solution) qui lui semble adapté à la personne

3 Guider

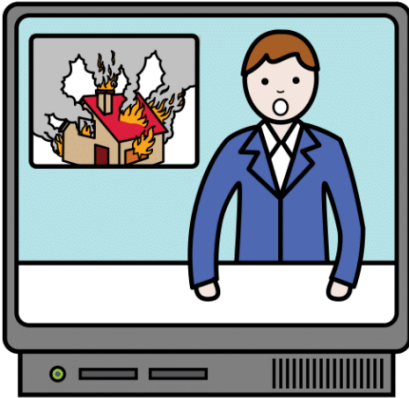


L'intervenant soutient activement la personne dans ses apprentissages.
Il valorise et l'encourage à trouver de nouvelles idées, solutions et stratégies.

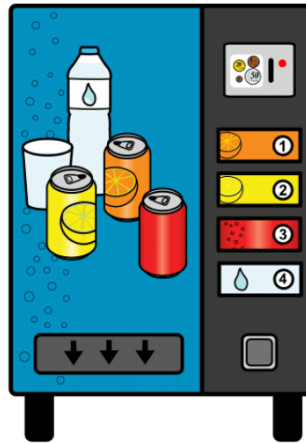
Marie-Eve HUTEAU EI. Tout droit réservé.

Synthèse : clarifier son intention pédagogique

Inform



Conseiller



Guider



Transmettre

Faire apprendre

J'apprends si

7. Je maîtrise mes propres stratégies d'apprentissage

Psychologie cognitive (Flavell, Vermersch)

6. Je prends du plaisir et que je suis dans un climat de confiance

Psychologie humaniste (Knowles, Rogers)

5. J'ai un projet d'apprentissage

Motivationnelle (Dewey, Bloom, Hemeline)

1. Je déstructure et restructure mes connaissances

Constructivisme (Piaget)

Socio-constructivisme (Wallon)



J'apprends
si....

2. J'agis

Méthodes actives (Rousseau, Decroly, Freinet, Mucchielli)

3. Je résous des problèmes en petit groupe

Apprentissage coopératif, conflit socio-cognitif (Johnson et Johnson,)

4. J'échange au sein d'un groupe

Psychosociales (Lewin, Milgram, Moscovici, Vigotsky, Bruner)

Conflit socio-cognitif (Post-piagetiens)



La pédagogie active

Elle place les apprenants au coeur du processus d'apprentissage

Rendre l'apprenant acteur de son propre apprentissage afin qu'il construise ses compétences dans ses situations réelles **proches** de la réalité

Il est important de s'appuyer sur des situations proches de la réalité, permet une transposition facile dans le quotidien, le dispositif doit avoir du sens

Les niveaux d'apprentissage

Apprentissage en surface

- Diffusion d'informations
- Acquisition de savoir et rétention de connaissance
- Sans lien avec la pratique
- Engagement moindre de l'apprenant
- Rétention à court terme



Apprentissage en profondeur

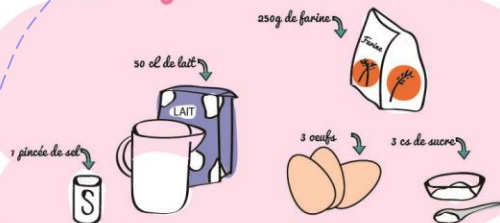
- Développement de compétences
- Emergence de changement
- Intégration de nouvelles stratégies en situation concrète
- Engagement élevé de l'apprenant
- Rétention à long terme



Crêpes

la cuisine d'Adeline

Ingrédients



Verser la farine, les œufs, le sucre et la pincée de sel.



Mélanger



Incorporer le lait tout en remuant.



Mixer s'il y a des grumeaux.



Laisser reposer 30 min.



Faire chauffer une poêle légèrement beurrée et verser un peu de pâte. Faire cuire les crêpes une à une sans les brûler.



N'oublies pas de les retourner !



Savourer

Illustration : Tassine Samuel www.adeline-cuisine.fr

Apprendre oui...mais devenir !

Les ingrédients pour initier le changement

- L'importance
- La confiance
- Le contexte

Les fondamentaux du changement

Le concept de motivation représente "le construit hypothétique utilisé afin de décrire les forces internes et/ ou externes produisant le déclenchement, la direction, l'intensité et la persistance du comportement" *Vallerand et Thill 1993*

Motivation extrinsèques : sont reliés aux facteurs externe (famille, amis, travail...)

Motivation intrinsèques: sont reliés aux valeurs, aux besoins, aux croyances, aux défis ainsi qu'aux sentiments de réalisation et d'accomplissement personnel

Expérimenter le changement

- + Quelles sont les bonnes raisons de fumer et les bonnes raisons d'arrêter de fumer ?

Tableau 2 colonnes : a vous !

Fondamentaux du changement

- + Discours maintien et discours changement
- + Pour stimuler la motivation et favoriser le changement : produire du discours changement dans la bouche du patient
- + Le discours maintien peut aider pour prévenir les rechutes ou pour mieux comprendre le patient, mais il peut aussi maintenir dans les mauvaises raisons...

D'autres outils pour faciliter l'apprentissage...

+ Et oui il manque quelque chose...!!!!

La posture de l'éducateur/ soignant

- + Non jugement
- + Confiance
- + L'empathie
- + L'écoute

Focus sur l'alliance thérapeutique

L'empathie : définition

	Ecouté	Compris	Aidé
Apathie	-	-	-
Antipathie	+	-	-
Sympathie	+	+	-
Empathie	+	+	+

L'**empathie** se définit « comme un effort conscient et actif pour comprendre le point interne de l'autre, pour voir le monde à travers ses yeux. »



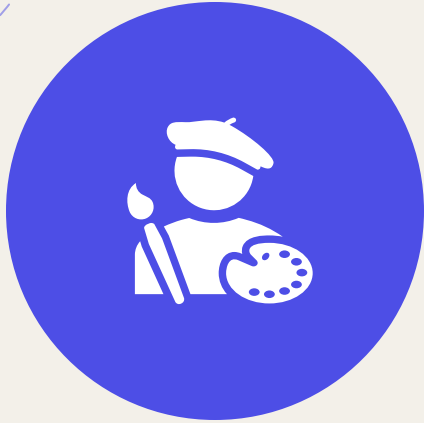
L'écoute

- + Questions ouvertes
- + Les 4R : Reformuler Recontextualiser Résumer Renforcer
- + Laisser place aux silences
- + Valoriser
- + Être attentif à la communication verbale et non verbale



Tendre la main c'est
tendre l'oreille

Et vous ?



DES EXPÉRIENCES D'APPRENTISSAGE
QUI POURRAIENT ILLUSTRER CES
PROPOS ? (PRO OU LOISIRS)



QU'EST CE QUI VOUS AIDE À
APPRENDRE ?



QU'EST CE QUI VOUS AIDE À
MODIFIER UN COMPORTEMENT ?

L'après midi de formation

+ En 1 mot ?



**MERCI pour
votre écoute !**

+

