

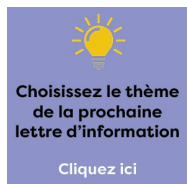


Lettre d'information #2 en ETP diabète

THÈME 2 : Compétences psychosociales



Bienvenue à toutes et à tous



Vous faites partie du collectif de partage d'outils en ETP diabète.

Diabète Occitanie vous propose sa 2ème lettre d'information « **Renforcer les compétences psychosociales en éducation thérapeutique** ».

Bonne lecture !

Vous souhaitez partager un outil, un article ou un retour d'expériences autour de l'ETP diabète dans une prochaine lettre d'information ?

Vous pouvez nous contacter **par mail**. Au plaisir de recevoir vos propositions !

La Haute Autorité de Santé (HAS) préconise aux équipes de développer, dans leurs actions d'éducation thérapeutique, les compétences d'autosoin et les compétences d'adaptation des patients. « Les compétences d'adaptation s'appuient sur **le vécu et l'expérience** antérieure du patient et font partie d'un ensemble plus large de **compétences psychosociales** » (HAS, 2007). L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit les compétences psychosociales (CPS) comme « la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. » (OMS, 1993). Elles peuvent être classées ainsi :

Les compétences psychosociales



Les CPS permettent d'augmenter l'autonomisation et le pouvoir d'agir (empowerment), de maintenir un état de bien-être psychique et de développer des interactions constructives. Dans le cadre d'une maladie chronique comme le diabète, le renforcement des CPS peuvent permettre de s'adapter pour mieux vivre avec la maladie et établir un nouveau rapport à soi, aux autres et à l'environnement.

Comment renforcer les compétences psychosociales en ETP ?

1/ Intégrer l'approche CPS dans les pratiques informelles

Les compétences personnelles et relationnelles des intervenants en ETP sont leurs premiers outils de travail, bien avant le contenu des activités. Cela nécessite d'être cohérent entre ce qui est transmis lors des activités et la posture une fois l'activité terminée (lors de temps de transition, de pause, de convivialité...).

2/ Favoriser l'expression des dimensions psychosociales dans le discours du patient

Il s'agit de prévoir suffisamment de temps dédié à l'expression des patients tout au long des activités et de s'appuyer sur la valorisation de leurs savoirs, savoir-faire et savoir être. Le développement des CPS passe par l'expérience et le retour des personnes sur leurs vécus et ressentis.

3/ Faire le choix de séances d'animation dédiées au renforcement des CPS

Le choix de la ou des compétences à développer se fait en fonction des problématiques rencontrées et de la situation des personnes destinataires de l'action ou du programme. Cet apprentissage nécessite une pédagogie participative et expérientielle, à travers des échanges, un partage d'expériences, des mises en situation, des jeux de rôles et des exercices pratiques.



L'animation de séances collectives avec ou par des patients partenaires facilite l'expression du vécu et des savoirs expérientiels des participants.



Diabète Occitanie développe un programme d'ETP de renforcement qui a pour objectif de renforcer les compétences psychosociales des personnes diabétiques de type 2. Si vous êtes intéressé(e) pour le déployer, n'hésitez pas à nous contacter.

L'ETP, c'est vous qui en parlez le mieux



Corinne COLMEL est directrice de l'association Enfance Adolescence et Diabète, spécialisée dans l'accompagnement médico-psycho-social de l'enfant ayant un diabète de type 1 et sa famille. L'association porte un programme d'ETP de transition à destination des adolescents « En route vers la vie d'adulte ». Il a été remodelé il y a quelques années afin d'intégrer davantage les compétences psychosociales. Elle partage son retour de terrain à travers quelques verbatims :

« Notre programme existe depuis une vingtaine d'années, on s'est rendu compte que les connaissances et les compétences d'autosoins, les adolescents les ont déjà acquises »

« On a réfléchi avec des jeunes adultes pour voir ce qu'ils auraient aimé trouver dans un programme »

« Le développement de l'estime de soi et la communication avec les autres sont des sujets prioritaires »

« Ce qui pose difficulté, c'est le passage de la théorie à la pratique, comment intégrer ces compétences dans leur quotidien »

« On travaille aussi l'image de soi par la pratique de l'art, par le théâtre ou encore le clown l'année dernière »

« On utilise l'outil l'Arbre de vie pour que chaque jeune prenne conscience de ses forces et ses réussites pour mieux s'impliquer dans son projet de santé »



L'outil « **L'arbre de vie** » est une pratique narrative qui permet d'aider les personnes à partager leurs habilités, leurs espoirs et comment ils réagissent face aux difficultés. Il peut être utilisé comme soutien à l'élaboration d'un Bilan Educatif Partagé (BEP) ou comme un espace d'expression pour le patient.

Plus d'informations sur l'arbre de vie lors du [congrès de la SEFOR en 2018](#) et du [congrès de l'AFDET en 2019](#).

Des outils pour mettre en pratique



- **ETP en scène**, CRES PACA, 2017

Cet outil pédagogique a pour objectif de favoriser l'expression des patients autour de problématiques liées à la survenue et au vécu de la maladie chronique. Il comprend un guide de l'utilisateur et 9 films aux thèmes variés : poser des questions en consultation, la place des médicaments dans le traitement, ce qui influence l'évolution de la maladie, faire face à la pression de l'entourage, mettre en place une activité physique, faire face au regard des autres, se positionner face à la maladie, parler de sa maladie.

[Retrouver l'outil](#)

- **Mallette COMETE**, CRES PACA, 2015

Cette mallette pédagogique est composée d'outils et de fiches pédagogiques répartis en différents thèmes : construction du bilan éducatif partagé initial prenant en compte le domaine psychosocial, appropriation de la maladie, émotions, identification et résolution de problèmes, image de soi, projets de vie, entourage, confiance en soi et évaluation des compétences psychosociales.

[Retrouver l'outil](#)

**De nombreux outils pour travailler les émotions, les valeurs ou encore les projets
sont empruntables auprès de l'IREPS Occitanie**

[Plus d'informations](#)

Des guides pour en savoir plus



- **Site ressource Sirena**, Fédération Nationale d'Education et de promotion de la Santé (FNES)

La mise en ligne de la version finale du site est prévue en décembre 2023. Conçu comme un site de référence, il vise à améliorer la compréhension des compétences psychosociales, à se procurer des outils pédagogiques ou supports d'intervention validés, à faciliter l'accès à une formation ou un accompagnement, à favoriser le partage et la mutualisation des connaissances et savoir-faire sur ce sujet.

[Consulter](#)

- **Site Savoirs d'intervention**, Instance Régionale d'Education et de Promotion Santé (IREPS) Auvergne-Rhône-Alpes

Ce dossier thématique propose de renforcer et légitimer la qualité des actions à partir des stratégies et leviers d'efficacité issus de la recherche et des savoir-faire professionnels.

[Consulter](#)

- **Dossier thématique**, Santé publique France, 2022

Dans ce dossier, Santé publique France propose une définition et une classification actualisée en s'appuyant sur la littérature scientifique et les catégorisations internationales. Une description des facteurs communs aux interventions CPS efficaces y est également proposée.

[Consulter](#)

- **Compétences psychosociales des adultes et promotion de la santé**, Cultures et santé, 2016

Ce dossier apporte des éclairages sur les liens entre compétences psychosociales et promotion de la santé. Il explore le concept, ses leviers et freins et à l'impact que les CPS peuvent avoir sur la santé et le bien-être. Il fournit également des pistes pour agir et des outils permettant de porter un regard réflexif sur ses propres projets et actions.

[Consulter](#)

Des productions scientifiques



- **Compétences psychosociales et éducation thérapeutique du patient diabétique de type 1 : une revue de littérature**, Fonte D. et al, Santé Publique (volume 26), 2014

Cet article a pour objectif de réaliser un inventaire des compétences psychosociales ciblées par les interventions d'éducation et d'identifier les critères utilisés pour objectiver l'acquisition de ces compétences à travers une revue de la littérature portant sur l'évaluation d'une intervention d'éducation de patients diabétiques. Souvent pensées à travers une approche biomédicale, les

interventions se focalisent davantage sur les compétences d'autosoin. L'article conclut sur l'intérêt de développer une approche psychosociale pour une meilleure conceptualisation de la notion de compétence sociale.

[Lire le document](#)

- **Compétences d'adaptation à la maladie du patient : une proposition**, d'Ivernois J.F., Gagnayre R. et les membres du groupe de travail de l'IPCEM, EDP Sciences, SETE, 2011

Dans cet article, un groupe de travail de l'IPCEM (association pour le développement de l'ETP) a proposé la formalisation de 8 nouvelles compétences d'adaptation à la maladie. Elles sont caractéristiques des situations de vie le plus fréquemment rencontrées par les patients. En ce sens, leur utilisation permet de rendre les programmes d'éducation thérapeutique plus proches de la réalité des personnes. Elles font appel à certaines méthodes pédagogiques du domaine du savoir-être et justifient d'imaginer de nouvelles techniques d'évaluation.

[Lire le document](#)

Des vidéos

- **10 minutes sur les compétences psychosociales**, Pôle ressources en promotion de la santé Bretagne, 2022

Cet outil interactif propose de faire le point autour de ces questions de façon rapide, claire et synthétique. Le parcours commence avec le visionnage d'une courte vidéo pédagogique: «10 compétences psychosociales dans une capsule» et se poursuit par la découverte de la nouvelle classification des CPS. L'ensemble est complété par des suggestions de ressources à consulter.

[Découvrir](#)

Des formations

- **Formation « Mobiliser les compétences d'adaptation à la maladie des patients »**, IPCEM

Cette formation d'une journée a pour but de former les participants à des techniques de communication, afin de leur permettre de favoriser chez le patient les compétences d'adaptation à la maladie. Face à l'agressivité, l'opposition ou à la passivité d'un patient, elles apporteront également des savoir-faire qui viendront apaiser la relation, la dynamiser et renforcer l'alliance thérapeutique.

[En savoir plus](#)

- **Formation « La dimension psychosociale en ETP »**, CRES PACA

Cette formation de 2 jours a pour objectif d'amener le professionnel à analyser les éléments des champs psychologiques et sociaux exerçant une influence sur le vécu du patient. Elle permet également de favoriser l'expression des dimensions psychosociales dans le discours du patient, de développer les CPS des patients lors des activités éducatives individuelles ou collectives et d'évaluer le développement des CPS des patients à l'issue de la démarche éducative.

[En savoir plus](#)

- **Formation « Être à l'écoute du patient »**, AFDET

Cette formation de 2 jours permet aux participants de renforcer leurs capacités d'écoute, dans le but de faciliter leurs relations avec les patients et de favoriser l'alliance thérapeutique.

[En savoir plus](#)

Rejoignez Diabète Occitanie en adhérant à l'association

[Plus d'informations](#)



Siège social : Service de diabétologie
CHU de Toulouse – Rangueil
1, avenue Jean Poulhès – TSA 50032
31059 TOULOUSE Cedex 9
Tél : 05 61 32 33 65
Mail : contact@diabeteoccitanie.org

Cet email a été envoyé par {{ contact.EMAIL }}

Vous recevez cet email car vous vous êtes inscrit à la liste de diffusion de Diabète Occitanie. Pour toute question relative à la gestion de vos données personnelles ou pour faire valoir vos droits, veuillez nous contacter à l'adresse : contact@diabeteoccitanie.org

[Se désinscrire ici](#)



© Diabète Occitanie 2023