

Nom de l'outil : MA VIE AVEC LE DIABETE

Auteur : DIABETE OCCITANIE

Description : Ce support utilise la métaphore du bateau pour permettre aux personnes diabétiques d'avoir une approche réflexive sur les différents aspects de leur vie avec le diabète.

Thématique : Compétences psychosociales

Objectif : Identifier ses facteurs de motivations en particulier facteurs intrinsèques.

Public : Personnes diabétiques. L'outil a été développé pour le programme d'ETP de renforcement « Diabète : je garde le cap » mais il peut s'adapter à diverses situations / pathologies.

Animateur : Tout acteur de l'ETP (également par un patient partenaire).

Utilisation : Dans le programme, l'outil est utilisé lors de la séance introductive en collectif. Chaque personne reçoit son outil. L'intervenant insiste d'abord sur les valeurs personnelles « pavillon » et les facteurs de motivation « coque ». Les autres aspects pourront être renseignés à d'autres moments, soit au cours d'une séance soit à l'initiative du patient, chez lui, à son rythme. L'intervenant renforce le discours par la valorisation. Il souligne la diversité et la singularité des sources de motivations, met en lumière les différents facteurs de motivation qu'ils soient intrinsèques ou extrinsèques.

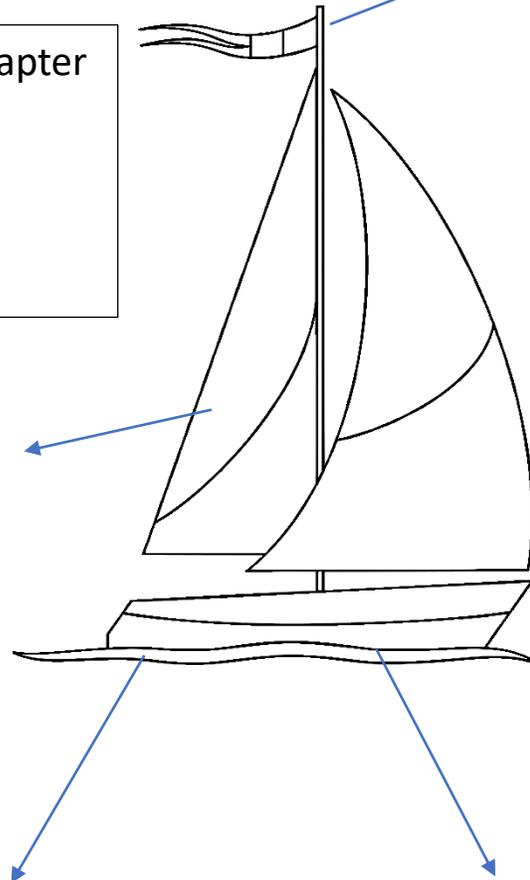
Plus d'informations : brozzetti.a@diabeteoccitanie.org

MA VIE AVEC LE DIABÈTE

Le vent : ce que je ne maîtrise pas, je dois m'y adapter

Les voiles : ce que je peux ajuster pour continuer d'avancer. Les points sur lesquels je peux agir, mon plan d'action

La bouée : sur qui / sur quoi je peux compter



Le pavillon : mon identité, ce qui est important pour moi

- Les valeurs qui ont du sens pour moi et qui m'aident à prendre soin de moi au long court.
- Mes facteurs de motivation.

Mon cap, la direction dans laquelle je souhaite aller, mon objectif pour vivre mieux avec le diabète

La coque : Mes forces, mes ressources personnelles qui me soutiennent