



Tout intervenant formé en ETP et
ayant des compétences spécifiques
dans la thématique [co-animation possible]



≤ 8 patients



1h30

REMIS PATIENT

Fiche pratique
[CA 1]

OUTILS PÉDAGOGIQUES

- Tableau blanc, feutres, stylos
- Cartes " ressources, obstacles et solutions"
- Ou fiche 31 Mallette COMETE

[https://488c1efe-03ef-4402-8174-](https://488c1efe-03ef-4402-8174-e88088167aec.filesusr.com/ugd/5092b0_e67bc4d35ae94419b54a11a043fb52ef.pdf)

[e88088167aec.filesusr.com/ugd/5092b0_e67bc4d35ae94419b54a11a043fb52ef.pdf](https://488c1efe-03ef-4402-8174-e88088167aec.filesusr.com/ugd/5092b0_e67bc4d35ae94419b54a11a043fb52ef.pdf)

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Général

- S'autoriser à faire des projets

Détaillés

- Identifier les freins dans la mise en place des projets
- Verbaliser les changements de vie
- Reconnaître les émotions associées

Compétence(s) mobilisée(s) - (issue du référentiel HAS)

Se connaître soi-même, avoir confiance en soi

S'observer, s'évaluer, et se renforcer

DÉROULEMENT DE L'ATELIER

Accueil des participants

Introduction (5 min)

L'intervenant rappelle le cadre de la séance : objectifs, notamment pédagogiques, de la séance, durée, bienveillance, confidentialité. Il se présente et invite les participants à se présenter par le prénom / nom par lequel ils souhaitent être appelés durant la séance (possibilité de prévoir des chevalets porte-noms).

Mon objectif, mon projet (1h20 min)

Temps 1 (10 min) :

L'intervenant explique que pour chaque objectif personnel que l'on se fixe dans la vie, il y a des obstacles mais aussi des ressources qui peuvent aider à y faire face pour avancer. « Si vous êtes d'accord, nous vous proposons de réfléchir ensemble sur les adaptations possibles afin de trouver un bénéfice dans votre vie au quotidien. » L'intervenant distribue à chaque participant la fiche support, trois cartes obstacles/freins, trois cartes ressources/aides. Les participants définissent individuellement une activité, un projet et le note sur la fiche.

Temps 2 (20 min) :

Chaque participant réfléchit individuellement aux ressources (quelque chose qui l'aide à atteindre son projet) dont il dispose et aux obstacles (quelque chose qui bloque la progression vers l'activité/le projet). Il les inscrit sur les cartes ressources/aides et obstacles/freins. Il place les cartes dans les colonnes de la fiche support.

	Temps 3 (30 min) : Chaque participant exprime à tour de rôle ce qu'il a écrit dans la case projet/activités. L'intervenant demande d'essayer de mettre en regard de chaque carte « obstacle », une carte « ressource » qui pourrait s'avérer une solution. Si l'association n'est pas possible, Il demande aux autres participants de l'aide, d'aider à trouver des leviers pour chaque obstacle identifié. Ceux-ci proposent une idée en écrivant sur les cartes solutions. Transfert des acquis (20 min) L'intervenant demande à chaque participant quelle mesure il pourrait mettre en place dans son quotidien. Synthèse (5 min) L'intervenant clôture la séance en : ➤ Résumant les messages-clés de l'atelier : il est important de maintenir une activité, un loisir pour pouvoir se ressourcer. Il est possible d'adapter ses activités, ses projets en fonction de son état de santé et ses contraintes liées au traitement. Mobiliser ses ressources ou celles de l'extérieur permet de maintenir des activités/projets compatibles avec sa maladie. ➤ Présentant la continuité de la prise en charge (possibilité d'aller plus loin dans l'accompagnement)
POINTS DE VIGILANCE	Rester sur des éléments pratiques Ne pas hésiter à faire du lien avec un psychologue et/ou le référent du parcours si besoin
MODALITES D'EVALUATION	<u>Critère d'évaluation de cet atelier</u> : « concernant mes projets de vie, <u>Niveau de compétence en 5 graduations</u> : 1. Je ne les envisage pas 2. J'ai conscience que je vais être amené à faire des projets de vie 3. J'ai commencé à réfléchir à mes projets de vie mais ils restent flous 4. J'ai identifié mes projets de vie mais ne les exprime pas 5. J'exprime mes projets de vie »
MODALITÉS D'ÉVALUATION	Questionnaire de satisfaction à l'issue immédiate de la séance ou à distance, sur cohorte.