

4èmes Rencontres d'ETP  
LYON - 14 novembre 2014



Un temps pour apprendre  
André Giordan

# Apprendre est un challenge de tous les instants... en ETP

- comprendre sa maladie, ev. les fonctions de son corps, le traitement
- améliorer son observance
- gérer au quotidien sa maladie
- améliorer sa qualité de vie
- changer de comportement
- retarder les complications
- prévenir/faire face aux crises majeures

**F  
i  
n  
a  
l  
i  
t  
é  
s**

# Résultats remarquables

(diabète)

- « diminution de 80 % des cas de coma diabétique,
- réduction de 75 % des amputations des membres inférieurs
- diminution de 90 % de l'apparition ou de la progression des cas de cécité »

Plus important encore

- « amélioration de la qualité de vie
- diminution des complications »

# Mais il reste de sérieuses limites :

- non-observance,
- démotivation,
- contre-attitude,
- rechutes,
- non persistance des acquis dans le temps
- peu de transfert hors du lieu de formation, etc..

➤ elles découragent nombre de soignants

# Non-observances fréquentes

30 à 60 % des patients avec une maladie chronique peuvent être catégorisés comme étant peu ou non-observants.



Seuls 13 % des patients souffrant d'asthme sont observants

- insuffisants cardiaques : 36 % ,
- diabétiques de type 2 : 37 % ,
- hypertendus : 40 %
- hypercholestérolémie : 44 %
- ostéoporose : 52% . . . **IMS Health France/ CRIP/2014**

Plus de 9 milliards d'économie à la clé sans compter... les souffrances, les qualités de vie et les arrêts de travail

Comment apprendre ?

et comment le temps

intervient-il ?

Quand ? A quel rythme ?

A travers quelles stratégies ?

Comment s'adapter au tempo  
du patient ?



# temps = durée

- combien de temps faut-il pour apprendre tel savoir ?
- quelle stratégie demande le moins de temps ?
- quelle durée pour une formation ETP ?

# temps = moment (période)

- à quel moment le patient doit-il apprendre tel savoir ?
- quand est-il le plus réceptif ?
- quand est-il prêt à changer de comportement ?

# temps = rythme

- à quelle fréquence les séquences d'ETP ?

temps (métaphorique) = changement /saison

Mais d'abord qu'est-ce  
qu'apprendre ?

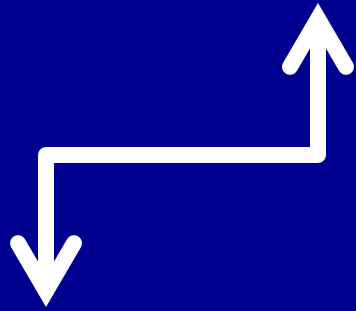
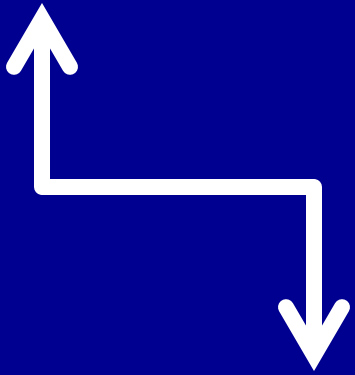
*PATHOL*



comprendre

mobiliser

mémoriser



Apprendre,  
c'est simple...  
*il suffit d'écouter, de  
mémoriser et de  
répéter*  
*Non, c'est complexe !*

Apprendre,  
c'est simple...

*il suffit d'être  
actif, de travailler en  
group' ou de faire  
des projets*

*Non, c'est complexe !*



- **Modèle par transmission/réception**
  - en présence / médias dont numérique
- **Modèle imitatif**
- **Modèles behavioristes**
- **Modèles constructivistes/**
  - socioc./autosocioconstructivite + cognitiviste, computationniste et connexionniste / neurocognitiviste
    - par ponts (Ausubel, Novak,..)
    - assimilation/accomodation/équilibre (Piaget et coll)
    - par conflit cognitif (Inhelder, Doise, Perret-Clermont..)
    - par liens et étayage social (Bruner)
    - par accompagnement personnalisé (Vygotsky)
- **Modèle allostérique** (Giordan, Golay, Lagger,...)

Lesquels ? A quels moments?

Sur combien de temps ?

Pourquoi ?

... Avec quels bénéfices et avec quelles limites ?



# L'apprendre réception

- transmission linéaire et frontale entre un émetteur et un récepteur
- simple mécanique de réception et d'enregistrement




# Apprendre par imitation



# Apprendre par imitation

- reproduction d'un modèle de comportement
- avec ou sans explication
- nécessité de « faire avec »



# L'apprendre béhavioriste

- conditionnement et entraînement
- choix des situations
- + “récompenses” (renforcements positifs)  
ou des “punitives” (renforcements négatifs)
- découpage des apprentissages
- le savoir est la somme des parties...



# Learning by conditioning (Pavlov 1927)

(Watson 1924 ; Skinner 1938)

# L'apprendre par construction



# L'apprendre par construction

- construction... par l'action et l'expression
- à partir des besoins et des intérêts de la personne
- tâtonnements, libre expression,
- mise en relation, conflit cognitif



# L'apprendre réception

transmission linéaire et frontale  
entre un émetteur et un récepteur  
➤ simple mécanique de réception et  
d'enregistrement

# 4 conditions...

au moins

1. même cadre de référence
2. même façon d'inférer
3. même questionnement
4. même production de sens



Fruit ?

**Fruit = ovaire**

## Enzymologie

		Valeurs de référence	Antériorités
✓ Transaminases S.G.O.T .....	33 U/L	inf à 38	
<small>Technique cinétique optimisée à 37°C Advia 1650 Siemens</small>			
✓ Transaminases S.G.P.T .....	53 U/L	inf à 41	
<small>Technique cinétique optimisée à 37°C Advia 1650 Siemens</small>			

## Biochimie

		Valeurs de référence	Antériorités
✓ Glycémie .....	4,49 mmol/L	3,90 à 6,10	
<small>Technique glucose oxydase Advia 1650 Siemens</small>			
	0,81 g/L	0,70 à 1,10	
✓ Protéine C réactive .....	< 5 mg/L	inf à 5,0	
<small>Technique immuno-turbidimétrique Advia 1650 Siemens</small>			

## Microbiologie

### Examen cyto-bactériologique des urines

Cytométrie de flux SYSMEX UF 100

Prélèvement effectué au laboratoire

Traitement antibiotique en cours ?

Aspect ..... Trouble

#### • Cytologie

Leucocytes ..... 430 200/mm<sup>3</sup>

Hématies ..... 25 000/mm<sup>3</sup>

Quelques cellules épithéliales

Absence de cristaux

Absence de cylindres

#### • Bactériologie

Cultures négatives

Docteur, je suis foutu... tous mes résultats sont négatifs...

# 4 conditions...

au moins

1. même cadre de référence
2. même façon d'inférer
3. même questionnement
4. même production de sens

+ le cerveau de l'apprenant est  
“vierge”.....

... et toujours disponible

apprendre par imitation



# L'apprendre béhavioriste

- conditionnement et entraînement
- choix des situations
- + “récompenses” (renforcements positifs)  
ou des “punitions” (renforcements négatifs)
- découpage des apprentissages
- Le savoir est la somme des parties...



# L'apprendre béhavioriste

Excellent pour :

- les apprentissages de gestes techniques
- les apprentissages de savoirs-faire

Limité pour :

- les apprentissages nécessitant une réflexion
- les mises en relation et la compréhension de liens





Apprendre par construction  
l'action/l'argumentation/le  
projet/  
le travail de groupe, est-ce la  
solution ?


# L'apprendre par construction

## Aspects +

- importance de la dynamique de la personne (action/expression,..)
- stimule la motivation
- permet d'assimiler ce qui est attendu

## Aspects –

- demande beaucoup de temps
- ne transforme pas les conceptions enracinées
- ne prend pas tj en compte les aspects émotionnels, affectifs et les soubassements de la pensée
- ne permet pas un changement de comportement

 Alors quel modèle pour apprendre?

➤ pas de recette...

Le patient apprend par lui-même...

processus cerveau <> environnement

(autres, infos, contexte, lieux,..)

+ cerveau <> cerveau

il n'entend, ne voit que ce qui  
est attendu...

il comprend  
à travers ce qu'il est...

... à travers ce qu'il connaît  
déjà...

Le personne apprend à partir des  
conceptions qu'elle sait  
mobiliser,

... mais celles-ci peuvent être un obstacle.


...déconstruction



Le patient est « auteur » de  
son savoir

Il apprend... avec ses  
conceptions qu'il peut  
mobiliser...

... dans le même temps, il doit  
aller à leur rencontre...



Le patient apprend  
“avec” ses conceptions  
pour aller “contre”

➤ pas un seul processus

➤ il apprend en interaction  
avec un environnement qui  
interfère avec ses conceptions

elle est interpellée,  
questionnée

elle y trouve un  
plus (intérêt, plaisir,  
sens,..)

elle a  
confiance

elle prend appui sur  
ses conceptions

elle les lâche

La personne  
apprend si...

elle fait des liens

elle ancre les  
données

elle trouve des  
aides à penser

(symboles, schémas,  
analogies, métaphores,..)

elle se  
confronte

(autres, réalité,  
informations)

elle mobilise  
son savoir

elle prend du recul  
(structure, processus,..)

Apprendre est un processus  
systémique, paradoxal,  
voire antagoniste

Le patient apprend  
seul... mais pas tout seul.

Le patient apprend à partir et  
contre ses conceptions.

Chaque patient n'apprend pas de la même façon et... au même rythme.

Temps courts pour

- un exercice, un geste

Temps longs pour

- la motivation

- le changement de comportement

## Temps personnels pour

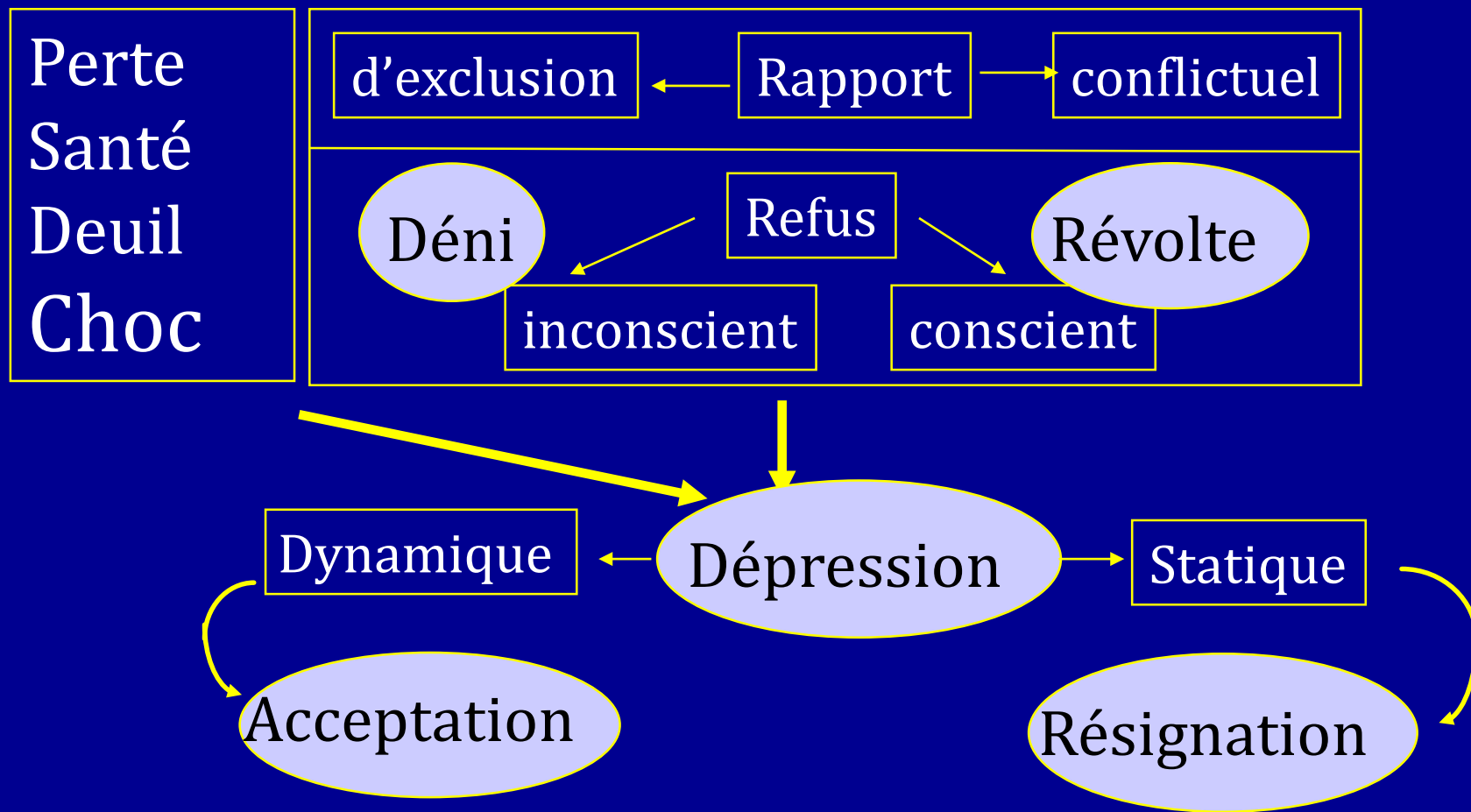
- se sentir concerner,
- comprendre,
- mobiliser

## Temps collectifs pour rencontrer :

- les autres (se confronter, mettre en commun, produire,..)
- les spécialistes,
- les soignants

Chaque patient n'apprend pas de la même façon et... au même rythme

Chaque patient n'apprend pas de la même façon... suivant les moments...





# Avoir des outils

Ex. connaître les conceptions des patients

# Obstacles cognitifs

# Obstacles infracognitifs

- raisonnement dichotomique
  - bon/mauvais
  - vrai/faux
  - si A... pas B
- raisonnement linéaire
  - pas d'optimum
  - ce produit me fait du bien, j'en prends plus*
- évidences premières
  - *Je mange naturel... pas de problème !*
  - *Je mange bio... donc je peux en manger autant que j'en veux... cela ne me fera pas grossir*
  - *rien ne presse, on verra demain*

# Obstacles métacognitifs

Les soignants mettent en avant  
l'efficacité, la technologie et la cohérence  
d'équipe...

Le patient réclame une qualité de  
présence, de la disponibilité, des  
compétences.

« Pourquoi moi ? que m 'arrive-t-il ? »

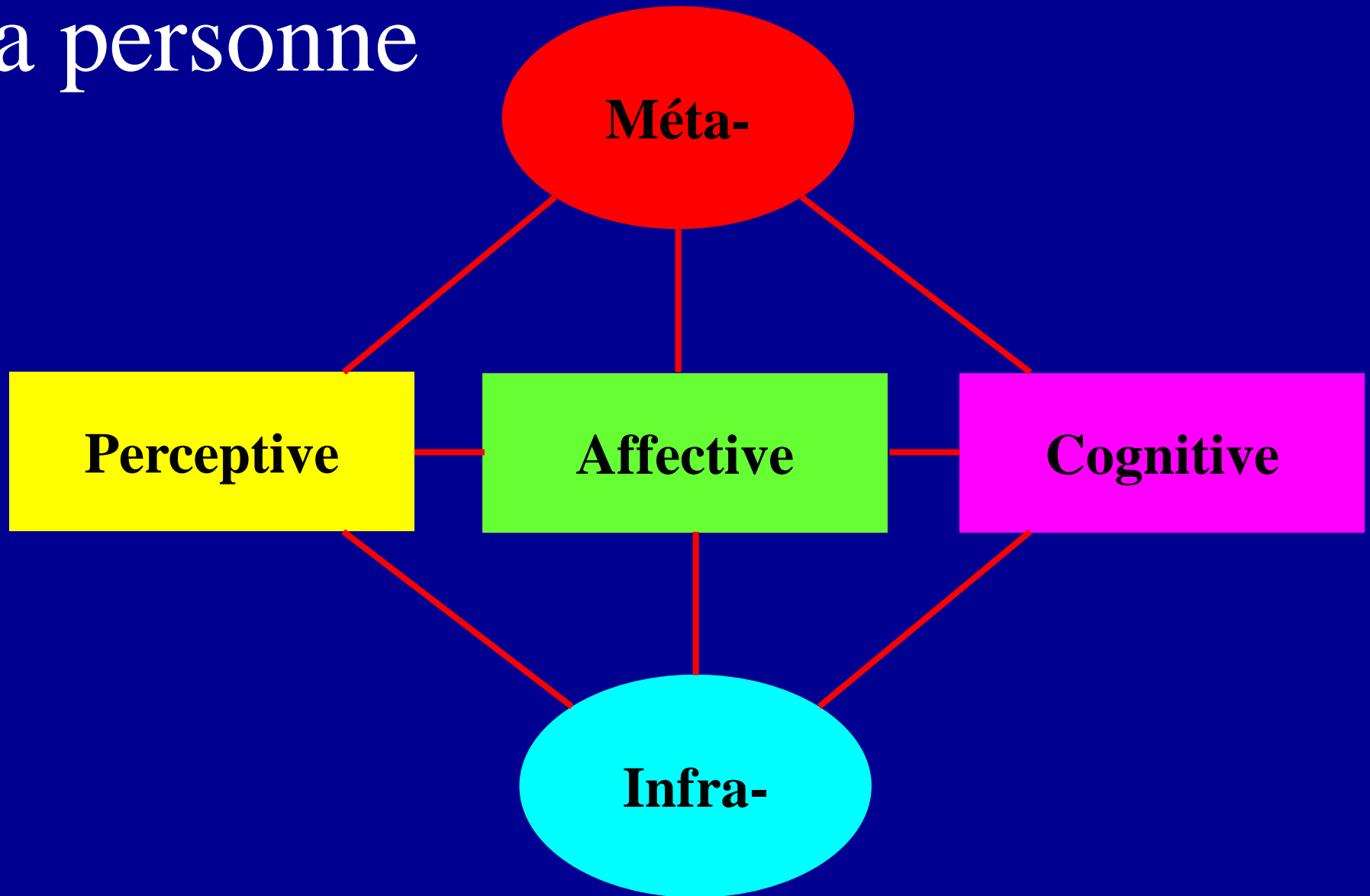
Chacun de nous, recherche un sens, une cohérence  
à donner à sa vie

La maladie :

- remet en question ce sens, anhile les projets, les espoirs ...
- est inexplicable, injuste :

croyances, destin, dessein, sort...Dieu.

# Travailler avec les 5 dimensions de la personne



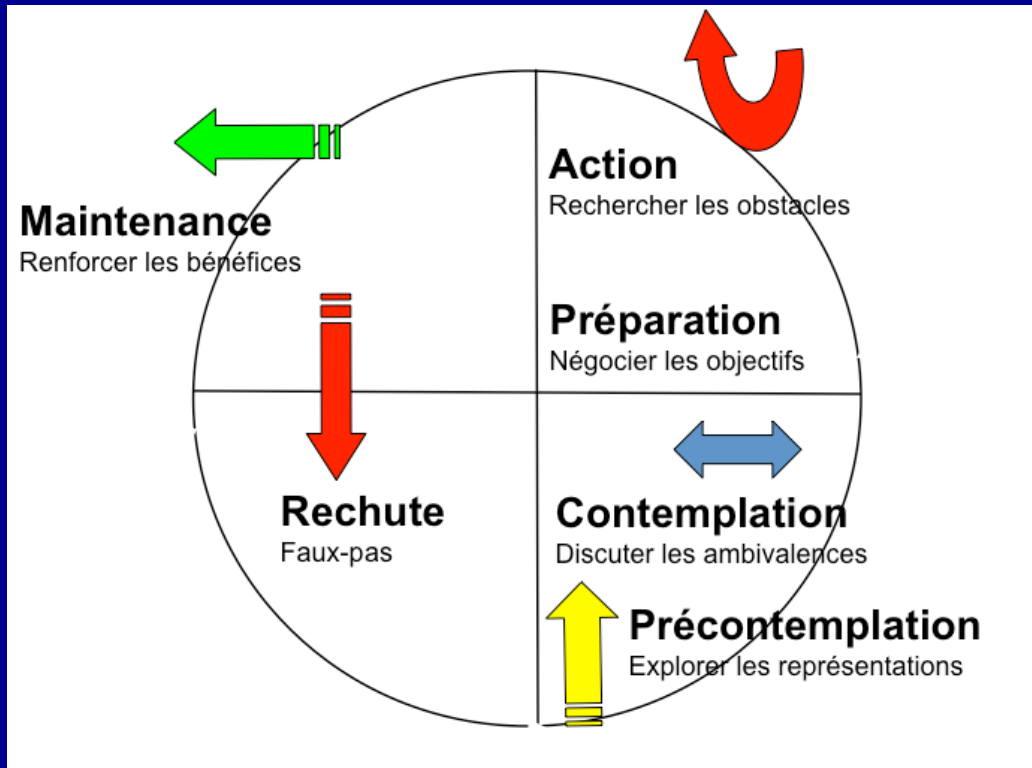
*Avoir des ressources*

# Partager des ressources

- ateliers à partir d'objets de la vie courante,
- travail sur photos
- des tables-rondes
- analyse d'une situation ou d'un carnet de surveillance,
- des simulations de gestes et de techniques

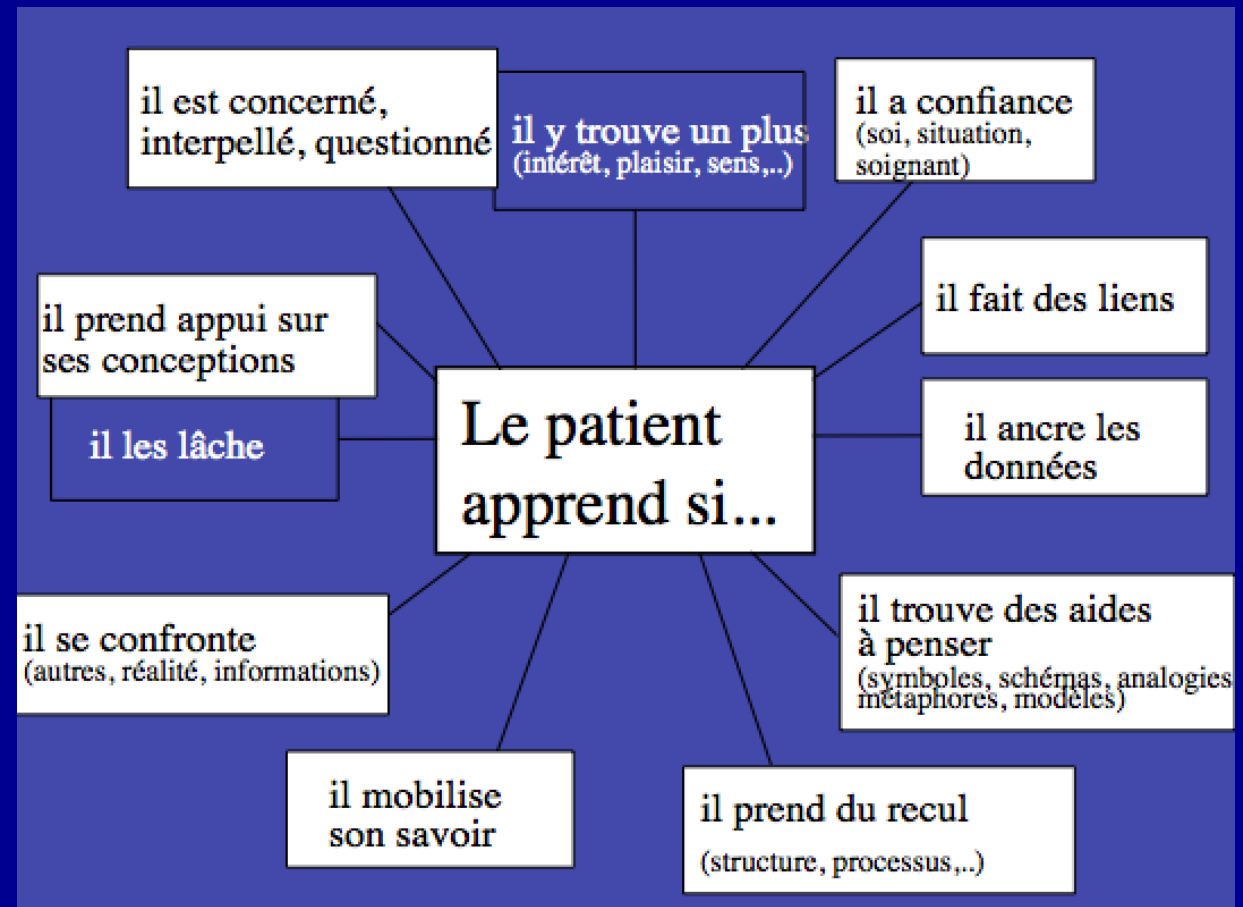


- défis
- jeu de rôle / intrigue
- théâtre interactif
- passage à l'action

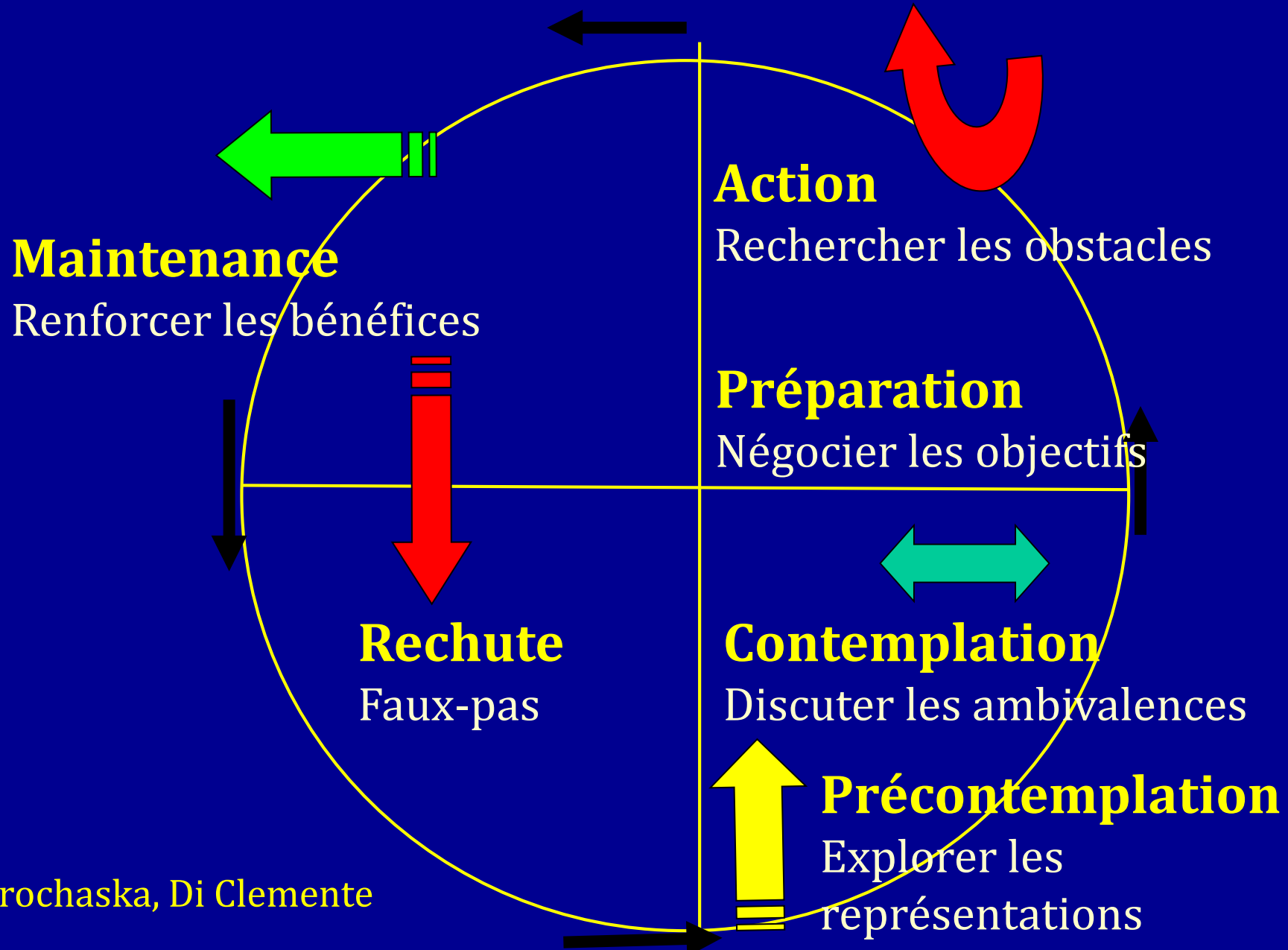


Il existe une « bonne »  
méthode

# Penser environnement allostérique

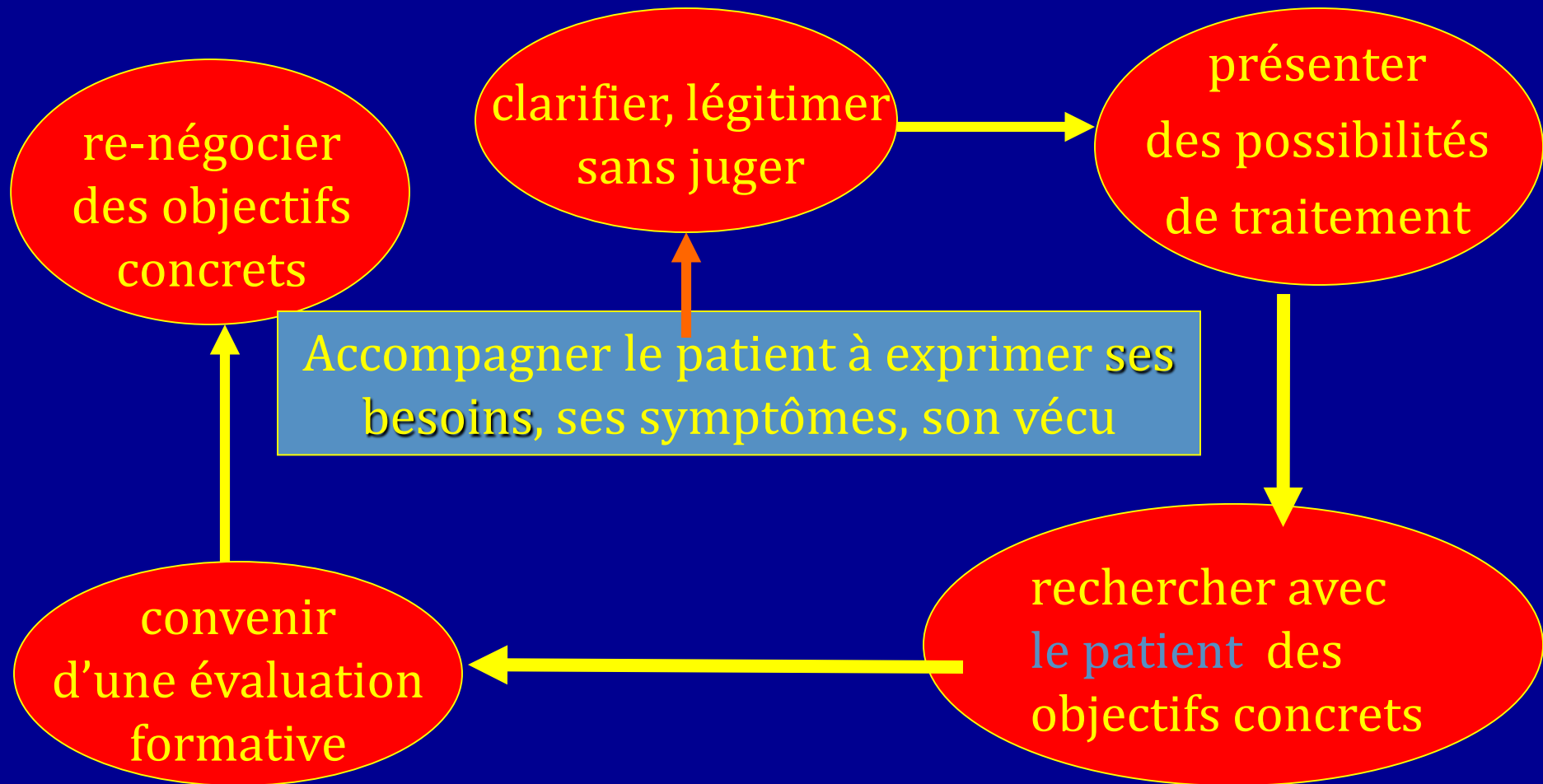


# stades de changement de comportement

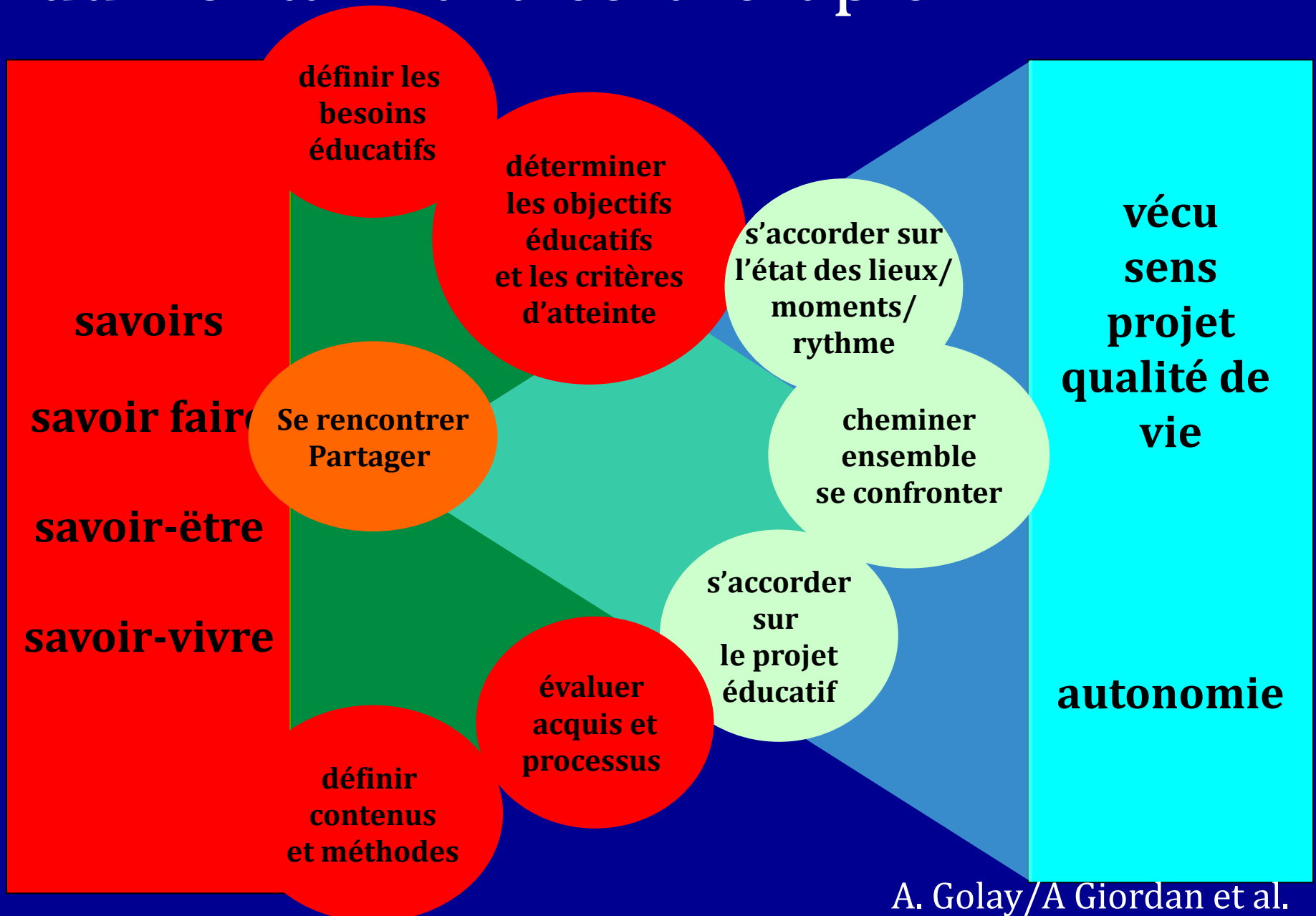


Prochaska, Di Clemente

# Importance de négocier le projet avec.. le patient



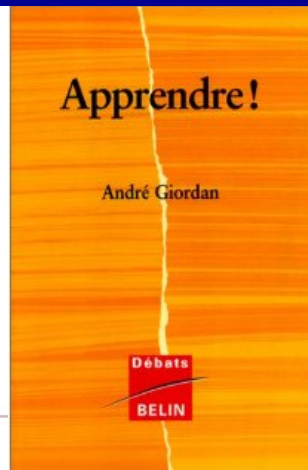
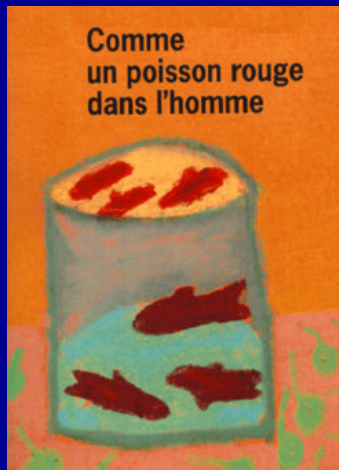
# du frontal... à la co-thérapie



# Je vous remercie...



[andre.giordan@unige.ch](mailto:andre.giordan@unige.ch)  
<http://www.andregiordan.com/>



# Antagonismes

Seul mais... pas tout seul

Avec mais... contre

Plasticité de pensée et rigidité des idées.

Maîtriser mais... quêter

Douter mais... avec confiance

Perturbé mais... accompagné

Avoir du plaisir mais... efforts

Allostérie mais pas seulement...



Obstacle n'est pas une entrave,  
mais point d'appui...

L'arbre est synonyme de stabilité  
et la pirogue, symbole du voyage  
et de la quête.

Pourtant c'est avec l'arbre  
qu'on fait la pirogue.

*mythe océanien  
de “l'arbre et de la pirogue”.*



## - Modèles constructivistes

- par ponts (Ausubel, Novak,..)
- assimilation/accomodation/équilibre (Piaget et coll)

## > Modèles socioconstructiviste/autosocioc.

- par conflit cognitif (Inhelder, Doise, Perret-Clermont..)
- par liens et étayage social (Bruner)
- par accompagnement personnalisé (Vygotsky)

## > Modèles cognitiviste, computationniste et connexionniste / neurocognitiviste

*transmission*

*imitation*

*conditionnement*

*construction*

**Transformation**

d'un système de pensée

(par élaboration allostérique)

# Apprendre... par allostérie

➤ processus d'élaboration par  
déconstruction et construction...  
simultanée

= transformation allostérique

➤ partir des conceptions de la personne  
pour aller contre

*« L'énergie c'est... la force,  
... avoir des muscles  
... le peps »*

*« la  
concentration  
c'est une  
quantité »*