

# (Re)Trouver du sens à prendre soin de soi: La place de l'ETP

**Monique Chambouleyron, Genève**

A series of horizontal lines in white and light red, extending from the right side of the text area across the bottom of the slide.

# Les étapes de l'atelier

- Pour s'échauffer, production de quelques idées autour de la thématique: **Trouver du sens à prendre soin de soi**
- Présentation d'un modèle: **JP Boutinet – Les sens du sens**
- Proposition de pistes pour **soutenir la production de sens à prendre soin d'eux par les patients (la place de l'ETP)**

En binômes, avec votre voisin/ voisine,  
répondez à la question:

**«Qu'est qui m'incite  
à prendre soin de ma santé?»**

**«Qu'est ce qui fait  
que je prend soin de moi?»**

# La question du sens

**Adapté d'après:**  
**Pr Jean Pierre Boutinet,**  
**Psychosociologue**  
**UCO Angers**

**Se lancer** dans une entreprise nécessite d'y **attribuer du sens**.

Le sens est encore nécessaire pour pouvoir ensuite **persévérer** dans l'action, et **esquiver** l'une ou l'autre forme de **renoncement** ou de possible **abandon**.

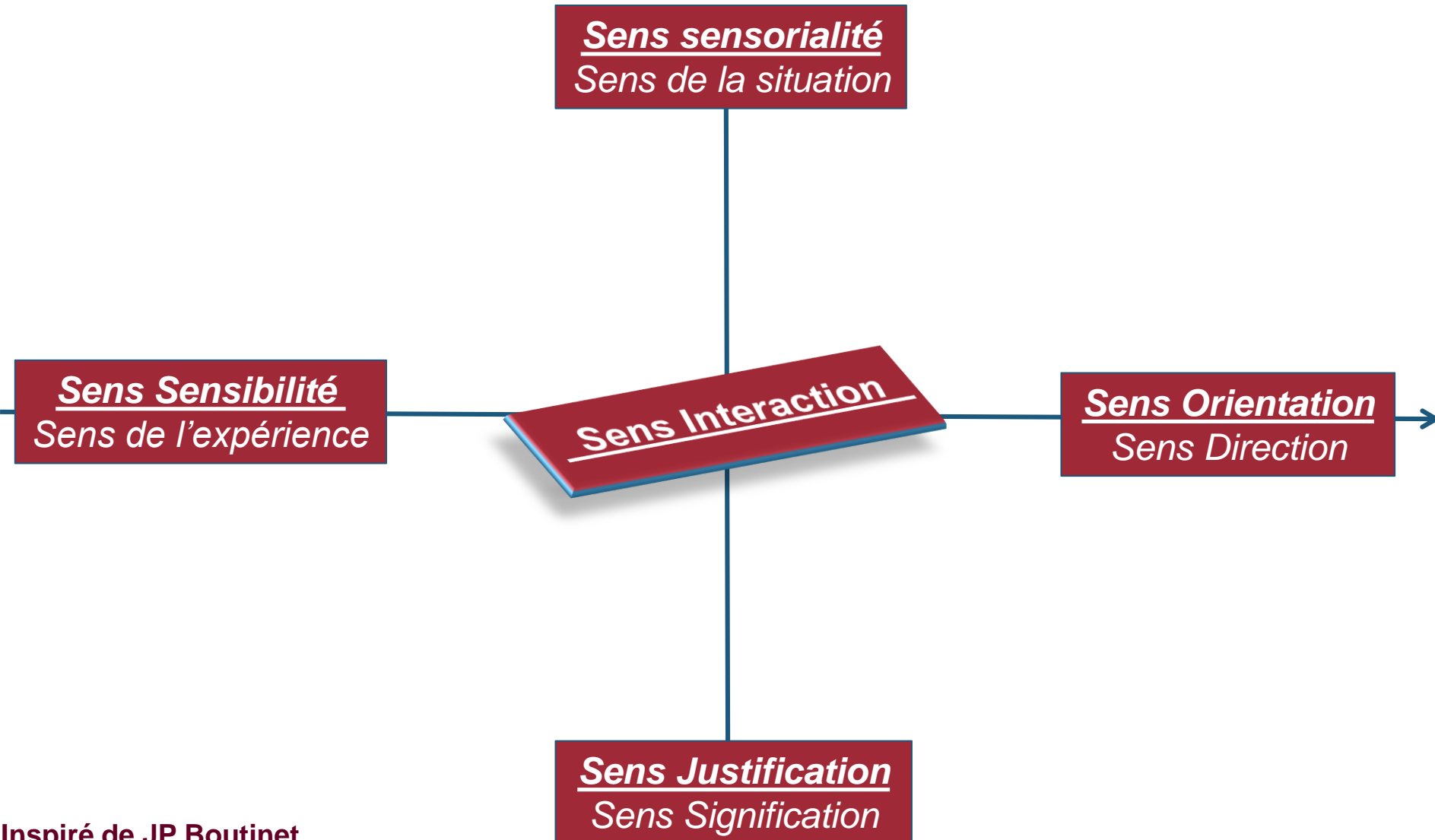
**Jean Pierre Boutinet**

## Le sens au cœur de la motivation

La recherche de sens est  
singulière, provisoire, partielle, plurielle

La question du sens est incontournable,  
et destinée à rester une question ouverte,  
jamais achevée...

# Les sens du sens



# Les sens du sens

***Sens Sensibilité***  
***Sens de l'expérience***

→ temps

Héritage de l'expérience constituée tout au long de l'histoire personnelle

- Résonance du projet avec son histoire  
Positionnement du projet au regard du parcours de vie:
  - Sentiment de cohérence, de continuité
  - Ou sentiment de rupture
- Zones de familiarité du projet, zones de compétences et d'implications

**Ancrage du projet dans l'histoire de la personne**



# Les sens du sens



***Sens Orientation***  
***Sens Direction***

→ temps

Pour Quoi ? L'intention

Direction, horizon, cap, destination

... et les balises

La situation espérée

Avenir désiré ± proche à faire advenir

# Les sens du sens

***Sens Justification***  
***Sens Signification***

Pourquoi?

Motifs et raisons pour agir  
(! parfois flous, implicites)

A quoi on se réfère:

- Ses savoirs, croyances
- Ses valeurs
- Sa personnalité
- ...

**Le sens pour rationaliser ses prises de décisions**

# Les sens du sens

Les messages reçus de la situation vécue

Ce qui est signifiant dans cette situation actuelle:

- La perception du contexte et de la situation au travers des sens et perceptions corporelles  
Les relations avec l'environnement (espace « à-prendre »)
- Les problèmes, questions que posent l'environnement

**Projet pour développer, entretenir des relations privilégiées avec son environnement**

*Sens sensorialité*  
*Sens de la situation*

→ temps

# Les sens du sens

Relations avec un environnement socialisé

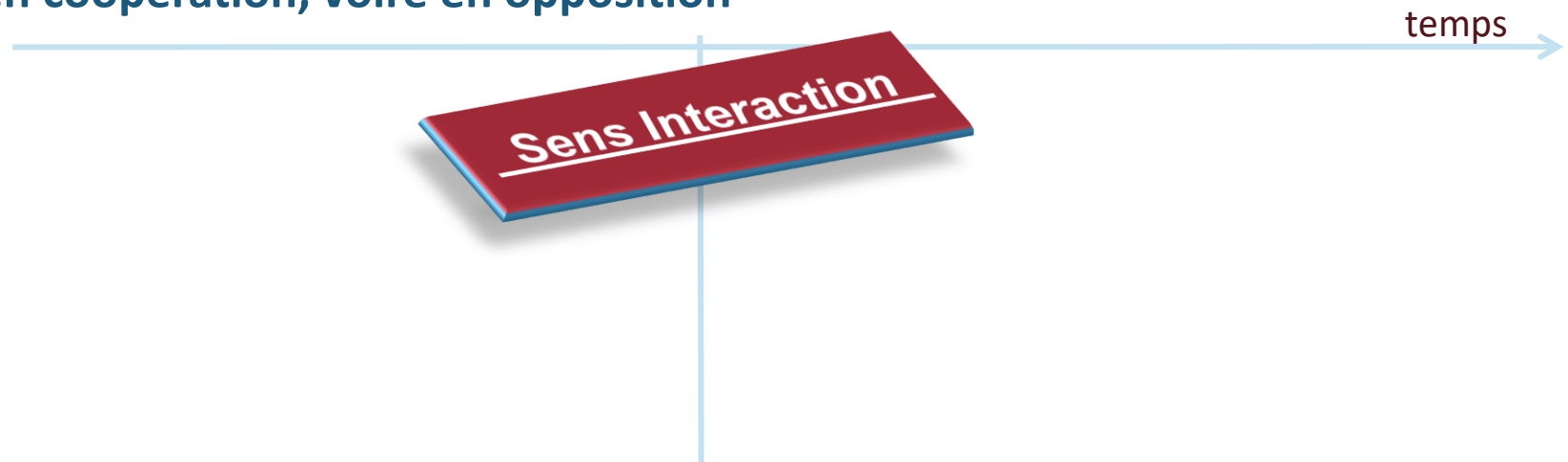
Rencontre et prise en compte de l'Autre  
(personnes significatives)

Présence, questionnement, réactions des autres:

- leurs points d'accord et leurs différences
- Les convergences et décalages

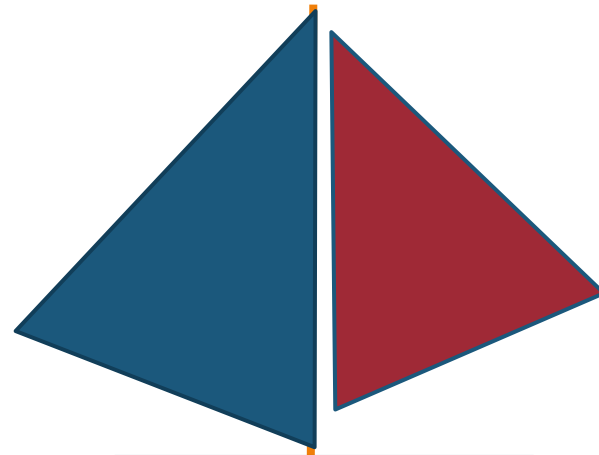
Feed back et rétro-actions

**Le projet comme occasion de lien social à  
tisser en coopération, voire en opposition**



# Se mettre en projet l'art de piloter son embarcation

*Sens sensorialité (mât et vents de la situation)*



*Sens sensibilité  
(la poupe et ses traces)*

*Sens Interaction  
(le pont)*

*Sens orientation  
(la proue et son cap)*

*Le sens justification  
(la quille comme stabilisateur)*

# SILVIA BONINO

## Silvia Bonino – Psychologue

- psychologie du développement
  - psychologie de la santé

## Silvia Bonino – Malade chronique

**«VIVRE AVEC LA MALADIE CHRONIQUE,  
CES LIENS QUI ME RATTACHENT À LA VIE»**

## LA RECHERCHE DE SENS

... « Dans la maladie chronique, qui ne laisse aucune place à un espoir de guérison, **plus rien ne semble avoir de sens** puisque ce qui est remis en cause, c'est la capacité concrète de mener à bien ses projets, de remplir des devoirs et des rôles et d'atteindre les objectifs que l'on avait jugés significatifs...

... Que signifie trouver un sens?... Cela équivaut à trouver des **raisons qui soit valables, importantes et significatives à nos yeux, aptes à rendre notre vie digne d'être vécue, des raisons qui méritent qu'on engage un combat pour les concrétiser et qui puissent nourrir un sentiment de satisfaction »...**

**SILVIA BONINO**