

8èmes RENCONTRES D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Lyon - 16 novembre 2018



Identifier les croyances de santé
pour faire apprendre
André Giordan, université de Genève

chaque patient a ses propres croyances
de santé

on parle encore de « conceptions »
ou de « représentations »

C'est dramatique, j'en dors plus, je suis foutu...
Toutes mes analyses sont « **négatives, le labo m'a dit** »...

LABORATOIRE D'ANALYSES MÉDICALES DE BELLEVILLE

14, résidence de Belleville - 75019 PARIS
(par 5. rue de Belleville)
Tél. : 01 42 02 30 53

Dossier du 28/10/09 - 7 - 78054 Dr
Monsieur BERTEAUX Jean

BIOCHIMIE SANGUINE

	RESULTATS	NORMALES	ANTERIORITES
GLYCEMIE :	1.00 g/l	0.75 à 1.10	
(Glucose oxydase)	5.5 mmol/l	4.17 à 6.11	

EXPLORATION D'UNE ANOMALIE LIPIDIQUE

ASPECT DU SERUM : Limpide

CHOLESTEROL TOTAL :	1.50 g/l	1.50 à 2.00	
(Enzymologie - Spectroreflectométrie)	3.87 mmol/l		
CHO-HDL :	0.50 g/l	>> à 0.35	
(Enzymologie - Spectroreflectométrie)	1.29 mmol/l		
CHO-TOTAL/HDL :	3.0	Inf à 5	
CHO-LDL calculé :	0.80 g/l	1 à 1.6	
	2.06 mmol/l		
CHO-VLDL calculé :	0.20 g/l	Inf à 0.4	
	0.51 mmol/l		
TRIGLYCERIDES :	1.00 g/l	0.60 à 1.50	
(Enzymologie - Spectroreflectométrie)	1.14 mmol/l		

Conclusion du bilan lipidique :
Bilan lipidique normal.


IONOGRAMME SANGUIN

SODIUM :	141 meq/l	137 à 145	
(Potentiométrie directe)			
POTASSIUM :	3.9 meq/l	3.6 à 5.0	
(Potentiométrie directe)			
CHLORE :	104 meq/l	98 à 107	
(Potentiométrie directe)			

2/...

www.grospellet.com

SELARL LCD - RCS Paris B 389 630 229
Sav. 389 630 229 00059
Laboratoire Agréé n° 75 446

 groupe biomédical

du Lundi au Vendredi de 7 h 30 à 19 h 00
le Samedi de 9 h 30 à 12 h 00
Fax : 01 42 02 38 45

le patient comprend
il explique
il interprète les propos du soignant...
à travers ses conceptions

problème

il y a un décalage important entre les conceptions du soignant et celles du patient

pourquoi s'intéresser aux croyances
de santé ?

qu'est-ce qu'une croyance de santé ?

comment les connaître ?

comment les catégoriser ?

... surtout comment les travailler ?

pourquoi s'intéresser aux croyances de santé ?

tout le monde en a,
elles sont inévitables

Julie « *Le stress augmente mon cholestérol* ».

Rolande « *Lorsque je bois froid ou si je mange une glace, j'ai chaque fois une angine.* »

à travers elles, le patient

- décode sa maladie
- comprend ou pas sa maladie, son traitement...

patiente obèse avec un diabète de type 2

« tous les matins, comme je prends de l'insuline, il me faut beaucoup de sucre... je mange 3 tartines de pain avec de la confiture »

A travers ses conceptions, le patient attribue un sens aux situations.

➤ Elles déterminent non seulement la compréhension de la pathologie mais également la vision qu'il s'en fait

Gérard, bipolaire « *quand on a une maladie mentale, c'est pour la vie* »

Jocelyne, dermatite « *les corticoïdes sont très dangereux* »

➤ au contraire de Saint-Thomas, la personne « voit ce qu'elle croit »...

elles peuvent être handicapantes en ETP

« ça fait gonfler »

« ça fait prendre du poids »

« ça donne de l'asthme »

corticoïdes

« ça me donne de la tension »

« ça fragilise les os »

« ça donne du diabète »

« ça abime les reins »

dermatite atopique

... ce qu'elle croit détermine son comportement

elles peuvent être facilitantes

➤ point d'appui pour comprendre

Clémentine, diabète de type 2, enceinte

« pour le bébé, il me faut faire plus attention. Je vais manger plus de fibre et moins de sucre »

André, fibrose idiopathique

« il me faut bouger plus et faire des exercices respiratoires pour ne pas trop perdre, trop vite »

Les croyances déterminent la manière dont le patient se comporte face à la maladie, face aux médicaments, face au soignant.

➤ Elles vont ainsi influencer ce qu'il verra ou ne verra pas.

face aux médicaments,

Albert, polyarthrite « *les médicaments sont dangereux* »

➤ il développe des diarrhées et des urticaires

Rolande, polyarthrite « *mon médecin est infailible* »

➤ elle peut ne pas sentir des effets secondaires graves : étourdissements, fatigue, perte de cheveux, nausée.

qu'est-ce qu'une croyance de santé ?

Une CS est un cadre de références pour :

- ses perceptions, ses sensations,
- ses modes de pensée,
- son imagination, mais aussi,
- ses comportements vis-à-vis de la maladie et l'interprétation ou le sens qui en découle.

Les CS peuvent donc être considérées comme des mécanismes d'adaptation à la maladie

Elles guident sa façon de concevoir la maladie, l'acte de soin,..

Enfin, elles sont déterminantes dans la prise de décision, en ce qui concerne la façon de gérer la maladie.

En ETP, il est important que le soignant invite le patient à exprimer ses conceptions, car c'est au travers d'elles que le patient décode les messages éducatifs.

➤ Leur connaissance renseigne le soignant sur les moyens de compréhension et de fonctionnement dont le patient dispose.

Elle lui permet de s'y adapter en les prenant en compte.

Comment les connaître ?

- interview

« *c'est quoi être en bonne santé ?* »

« *c'est quoi être malade ?* »

Rachid
polyarthrite

- ne plus pouvoir faire les choses que l'on fait d'habitude,
- être limité physiquement
- « large » car cela va du mal de dents au cancer,
- vivre avec la douleur tous les jours
- prendre des médicaments, avec des médicaments qui soignent et qui « défoncent »,
- quand cela ne va pas dans la tête et que l'on se pose beaucoup de questions,
- quand on n'est pas bien.



pour vous, qu'est-ce qu'une maladie ?

- la déprime est-ce une maladie ?
- un furoncle est-ce une maladie ?
- un mal au dos ?
- l'hyperactivité ?
- la fatigue chronique ?

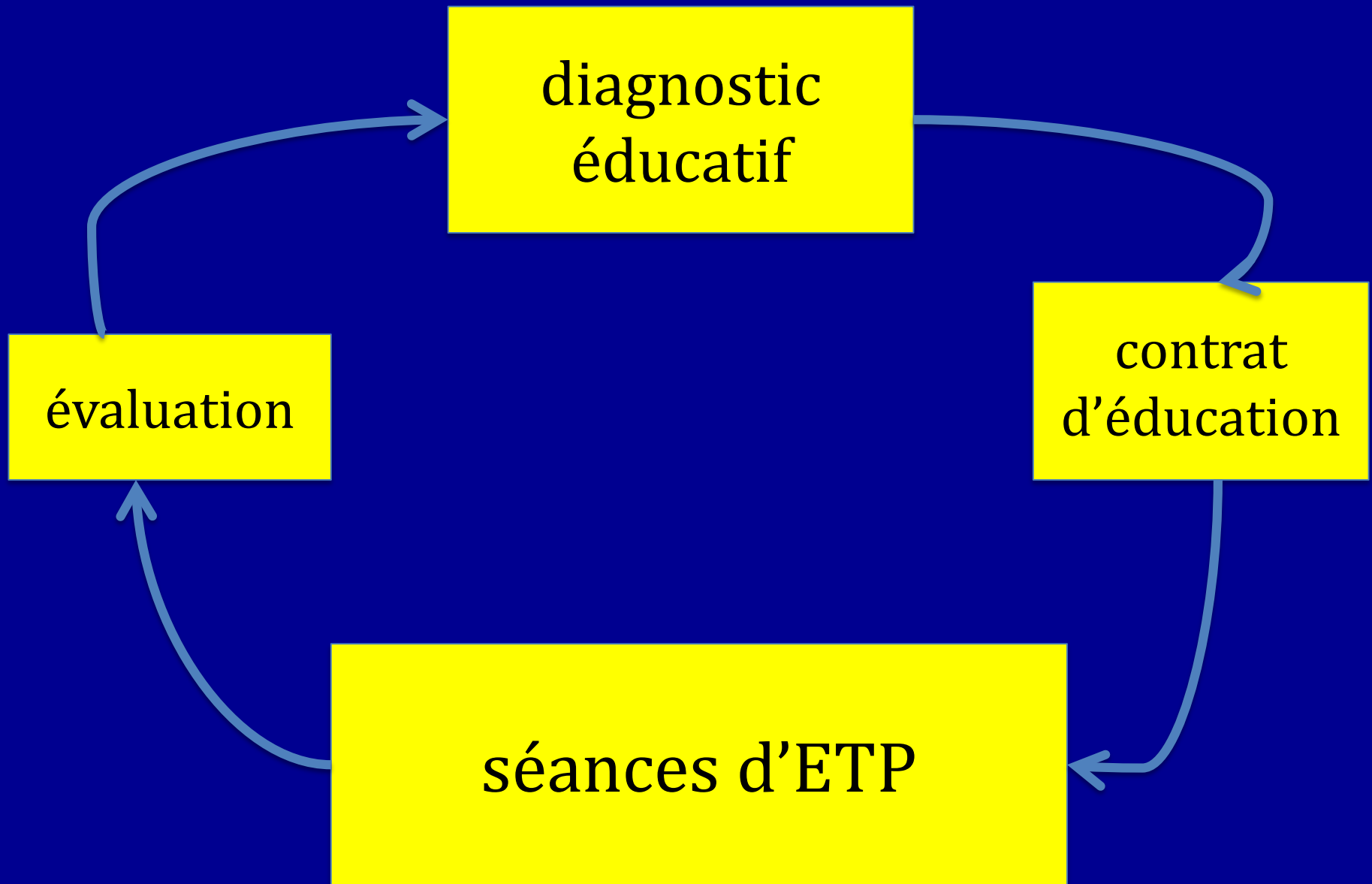
le médecin vous a parlé de fibrose idiopathique, « *c'est quoi pour vous ?..* »

« *vous expliquez la maladie comment ?..* »

« *vous le vivez comment ?..* »

« *quel traitement vous a-t-il proposé ?...* »

« *connaissez-vous les conséquences secondaires ?..* »



atelier d'écriture

atelier théâtre/théâtre interactif

atelier art

atelier de jardinage

...

Comment les catégoriser ?

certaines sont notionnelles

ex : « biothérapie »

soignants

« Les anti-TNF alpha sont les biothérapies de première intention

- les anticorps monoclonaux, qui neutralisent le TNF alpha après sa production (*infliximab, adalimumab, certolizumab, golimumab*) et les récepteurs solubles, qui ont une activité inhibitrice directe sur le TNF alpha (*etanercept*) »

patients

« je mange bio... ça ne suffit pas docteur ? »

« je me soigne bio... par les plantes? »

« l'Harpagophytum, le Cassis (feuilles et bourgeons) ou la Reine des prés c'est bon pour moi ?.. »

toutes ne sont pas notionnelles...

> question

patient

« qu'est-ce qui m'arrive? »

« pourquoi ça m'arrive à moi ? »

*« comment arrêter mes
douleurs »*

« que vais-je devenir ? »

soignant

« pourquoi vous êtes malade ? »

*« voilà... comment vous pouvez vous soigner
? »*

*« vous devez pouvoir vivre avec votre
maladie ?voilà comment faire... »*



conceptions métacognitives

blouse ou pas ?..

Les causes des non-observances ne sont pas
seulement cognitives

relation au médicament

Un médicament, qu'est-ce ?

C'est

-une « *pilule, pommade, piqûre,...* »

➤ différence d'efficacité

➤ indication sur la gravité de la maladie

- prise « *à heure fixe* »,
- suivant une prescription
précise.

La relation du patient au médicament est très ambigu :

c'est "le sauveur", le "truc magique" qui "expulse le mal".

↪ Dans ce cas, le malade est toujours prêt à augmenter les doses :
"plus c'est mieux"!

.... dans même temps, le médicament est perçu comme le “*produit chimique*”, le “*poison*” qui entre insidieusement.

↳ Le patient est prêt à mettre en place des stratégies d'évitement si son efficacité... n'est pas immédiate

rapport à la maladie

« quand on a une maladie mentale, il n'y a que l'hôpital et les médicaments »

« quand on a des problèmes au cerveau, c'est pour la vie. On ne peut pas guérir »

« quand on est bipolaire, on ne peut plus travailler »

« je prends pas ce médicament, il me fait grossir/dormir. C'est pas bon pour ce que j'ai... »

Les bénéfices à être obèse

- C'est une manière d'exister
 - obèse jovial, inoffensif, dévoué, aimable...
 - pas malade.
- C'est une manière de justifier
 - mal-être, maladresse relationnelle ou corporelle
- C'est une manière de se protéger (traumatisme sexuel...)

rapport à l'éducation

« Apprendre c'est anchi et relou ! »

« Je n'ai pas appris à l'école, c'est pas à cinquante ans que je vais commencer »

« Le fonctionnement du corps ?.. avec tous ces systèmes, je n'ai jamais rien compris... »

« Il faut se faire mal pour maigrir »

conceptions infracognitives

- dues au raisonnement dichotomique
 - « *bon* »/ »*mauvais* »
 - « vrai »/ »faux »
 - « si A... pas B »

- **raisonnement linéaire**

- pas d'optimum

« ce médicament me fait du bien, j'en prends plus »

- résultat immédiat

« ce produit n'agit pas tout de suite, il n'est pas efficace »

• évidences premières

- *« Je (ne) mange que naturel... ça ne fait pas grossir... »*
- *« je mange bio, pas de problème... »*

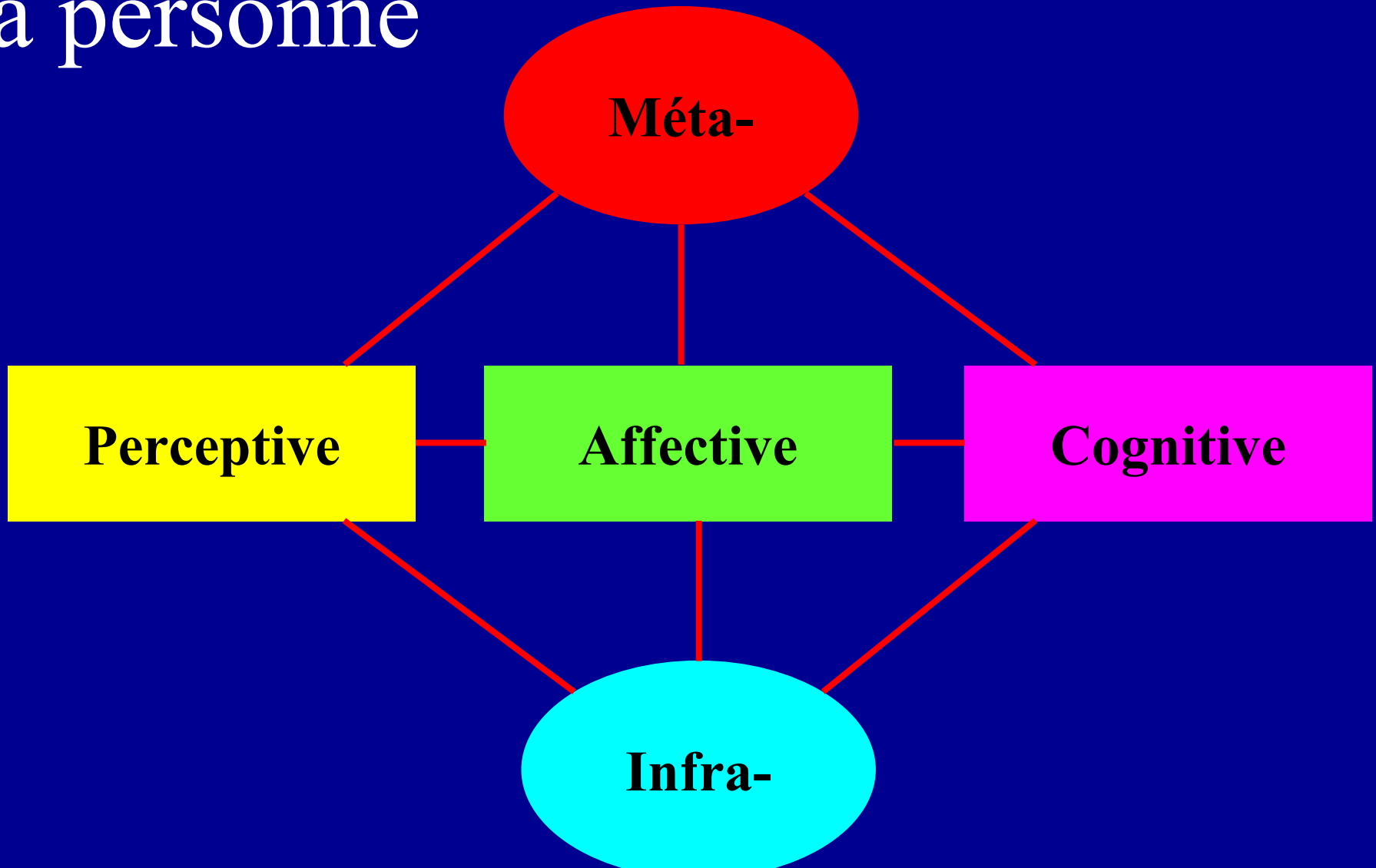


**TOUT BIO,
TOUT BON**

... conceptions affectives
les ressentis
les peurs

travailler l'émotionnel

travailler avec les 5 dimensions de la personne



comment travailler les conceptions ?...

1. estomac central

➤ digestion

2. insuline agit comme une enzyme

➤ produire du glucose qui passe dans le foie ou dans le corps

rôle du glucose dans le corps

glucose est-il un sucre ?

« je ne mange plus de sucre »

le sucre est-il néfaste pour l'organisme ?

une hyperglycémie modérée ne donne aucun symptôme immédiat
une hyperglycémie supérieure à 1,6 g / l s'accompagne d'une augmentation du volume urinaire car le glucose qui n'est plus réabsorbé par le rein entraîne de l'eau avec lui ;
une hyperglycémie importante, à partir de 3 ou 4 g / l provoque des troubles de la conscience allant jusqu'au coma.

Effets à long terme

Le glucose est toxique pour la paroi des vaisseaux sanguins.

- complications du diabète au niveau de la rétine, des reins, des pieds ;
- accidents cardio-vasculaires chez le diabétique.

Ces dégradations donnent lieu à des complications chroniques qui peuvent être graves...

mais le glucose est indispensable à
l'organisme

Nécessité d'entrer dans l'univers du patient ?

➤ écoute/dialogue/diagnostic éducatif

... l'accompagner à se transformer

➤ activités

... oui ! mais comment ? ...

Apprendre, c'est simple...

soignant : « il suffit d'expliquer »

patient : « il suffit d'écouter et de mémoriser »

Non, c'est plus complexe !

 Apprendre,
c'est simple...

*soignant : « il suffit de
faire faire des activités »*

*patient : « il suffit de faire pour
comprendre »*

Non, c'est plus complexe

!

pédagogie frontale *versus* pédagogie active

« *j'explique...* »

4 conditions...

1. même cadre de
référence

2. même
questionnement

3. même façon d'inférence

1. même production de
sens

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

méthodes actives
pas seulement construire...

accompagner à ... déconstruire

« travailler » une addiction

le soignant utilise souvent le cognitif et la peur...

1 paquet par jour = une tasse de goudron par an

Pendant qu'Arthur perd son temps à chercher du...

ça tombe bien, car du temps, il ne lui en reste plus beaucoup !
www.jeveuxlaverite.com

stratégie habituelle

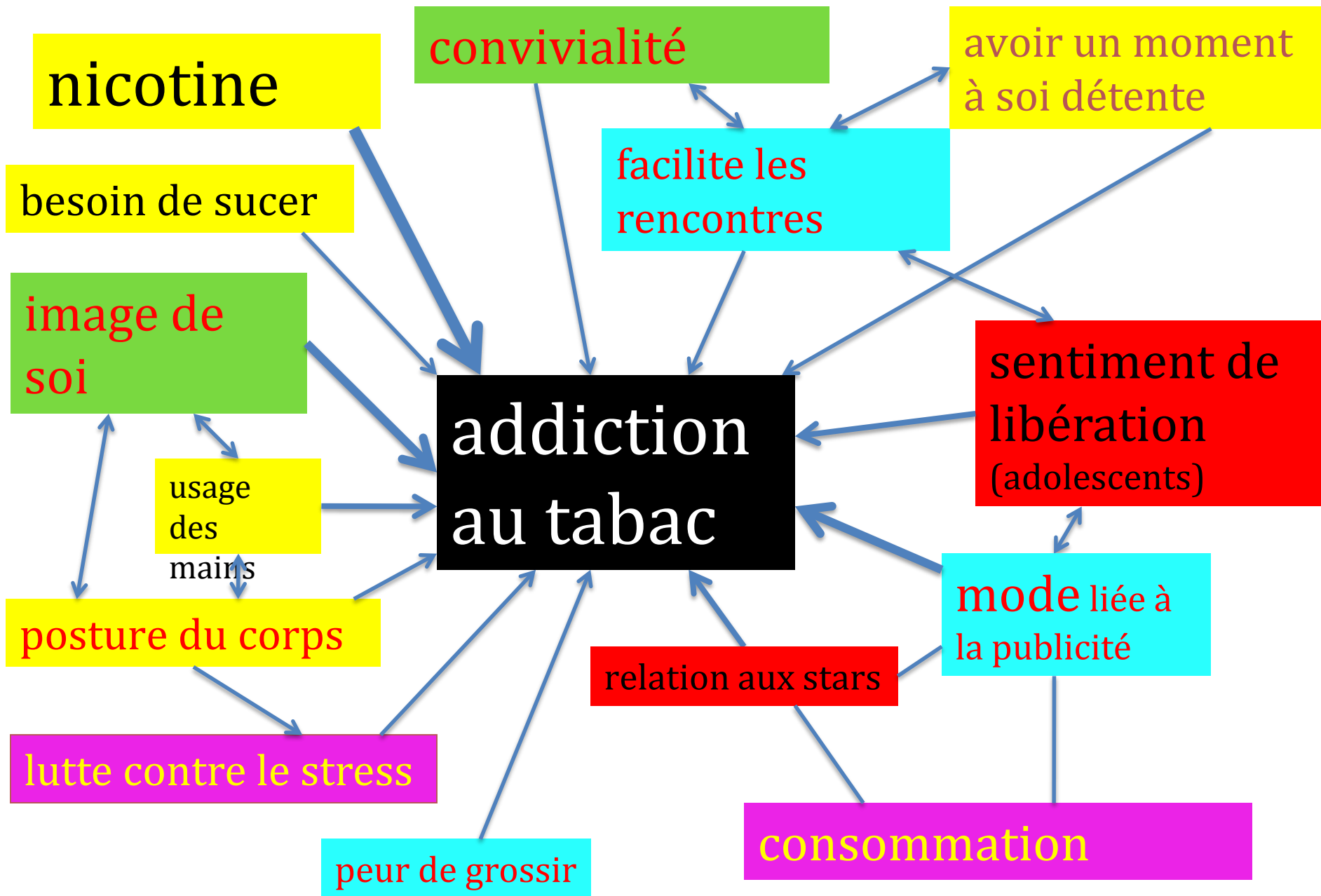
« retarder, éviter, substituer :

- commencer par fumer quelques cigarettes de moins par jour.*
- retarder la première cigarette du matin une heure plus tard que d'habitude.*
- refuser les cigarettes que l'on nous offre.*
- laisser le paquet de cigarettes, le briquet et le cendrier loin de nous. »*

Mais l'important est ailleurs...

1. déconstruire le rapport au tabac
2. substituer au comportement de fumeur, un autre comportement.

Nous avons entraîné notre corps à dépendre de la cigarette, il est donc très important de faire des activités qui procurent autant du plaisir et nous occupe : la rencontre, l'improvisation, le chant, la musique, le bricolage, le jardinage, etc.



**Faire émerger
la personne**

il clarifie ce qui le porte, ce
qu'il veut être

Mettre en place un projet

il entre dans une
démarche de projet
de santé, de vie

**Le patient change
de comportement
si...**

s'il prend conscience de
son corps et de ses
problèmes et s'il travaille
ses ressentis, ses émotions

**Devenir conscient
de ses ressentis**

il se mobilise au
quotidien

**Mobiliser au
quotidien**

**environnement
motivationnel**

nicotine > patch

besoin de sucer > réglisse, bonbon, crayon

posture > jeu de rôle, théâtre

moment à soi

> brainstorming

rencontre

convivialité

mode > travail sur la personne

relation aux stars

libération > sociologie

ringandiser la
cigarette

Les cigarettes abiment la peau

- les cigarettes contiennent de la nicotine, une substance toxique qui détruit la vitamine C

➤ notre corps utilise la vitamine C pour produire des fibres de collagène, qui donnent sa force à la peau

- action sur les vaisseaux sanguins : fumer entraîne une vasoconstriction

Enfin, le fait de fumer augmente les rides de 80 %.

estime de soi

dédramatiser l'erreur

erreur ~~faute~~ > stigmatise

mais... « faux pas », « lacune à combler », « absence de travail à remédier », « © André Jordan incompréhension à travailler »



erreur = outil pour apprendre

travailler les échecs, les erreurs pour les surmonter.


➤ les échecs sont très riches en apprentissage...



travailler la confiance en soi / l'estime de soi

Exemple

présenter un objet, une activité
auquel on tient...

 Faire le point : prendre conscience de ses ressources et de ses qualités.

→ la confiance en soi dépend du degré de conscience de ses qualités.

Chaque enfant possède des ressources et des capacités.

Seulement faute de connaissance de soi et surtout du savoir-faire nécessaire, l'enfant ne sait pas utiliser ce gigantesque potentiel.

Il peut ne voir que ses défauts...
ceux qui nous font rater !

→ se concentrer sur ses succès
ses réussites

Tenter de petits objectifs

↳ Pour commencer à se redonner confiance, se donner de petits objectifs, facilement atteignables :

- « être capable d'apprendre une fiche en une heure »,
- « obtenir la moyenne dans une discipline appréciée ».

↳ Ne pas hésiter pas à se récompenser ensuite.

atelier d'écriture

atelier théâtre/théâtre interactif

atelier art

atelier de jardinage

...

**Faire émerger
la personne**

il clarifie ce qui le porte, ce
qu'il veut être

Mettre en place un projet

il entre dans une
démarche de projet
de santé, de vie

**Le patient change
de comportement
si...**

s'il prend conscience de
son corps et de ses
problèmes et s'il travaille
ses ressentis, ses émotions

**Devenir conscient
de ses ressentis**

il se mobilise au
quotidien

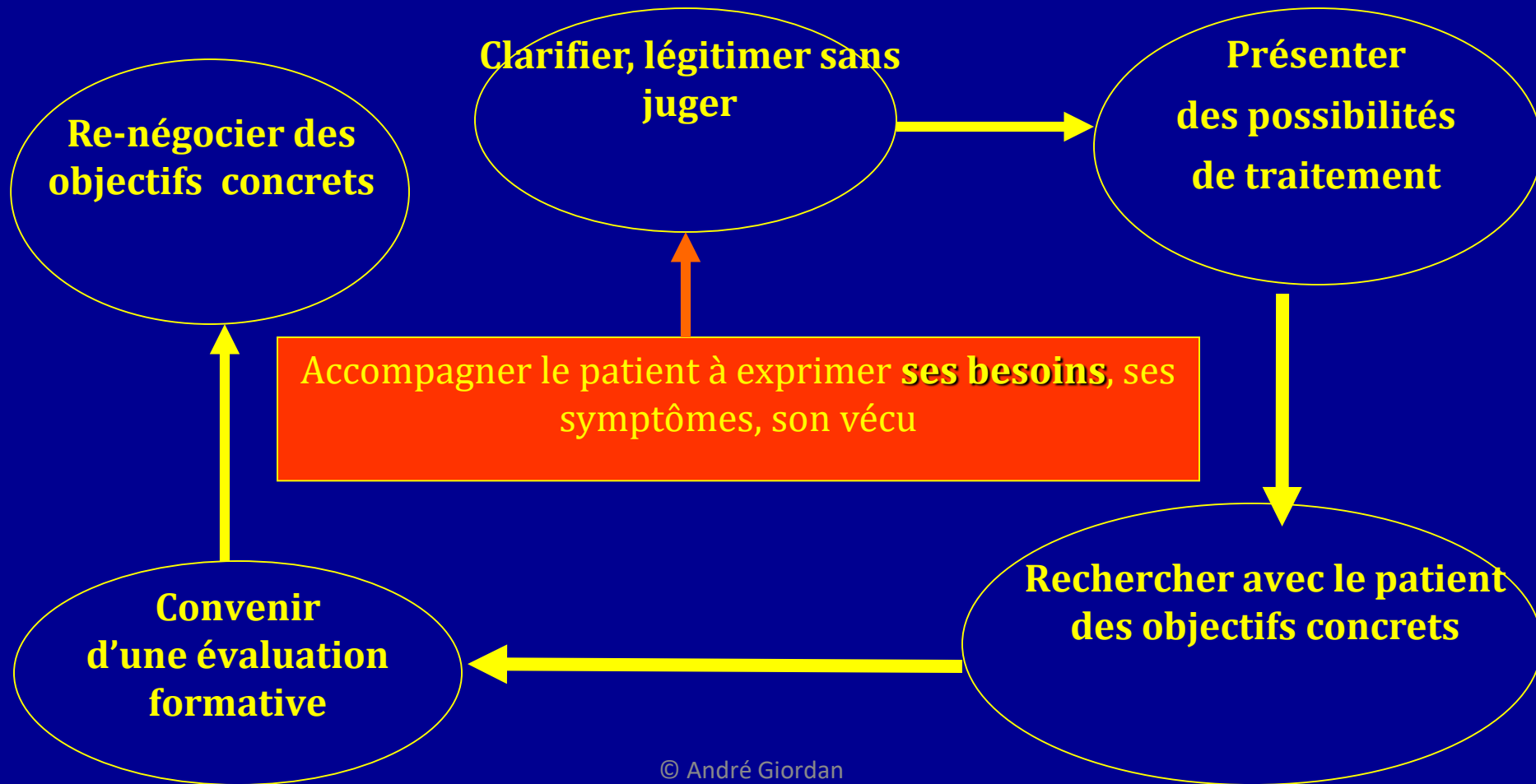
**Mobiliser au
quotidien**

**environnement
motivational**

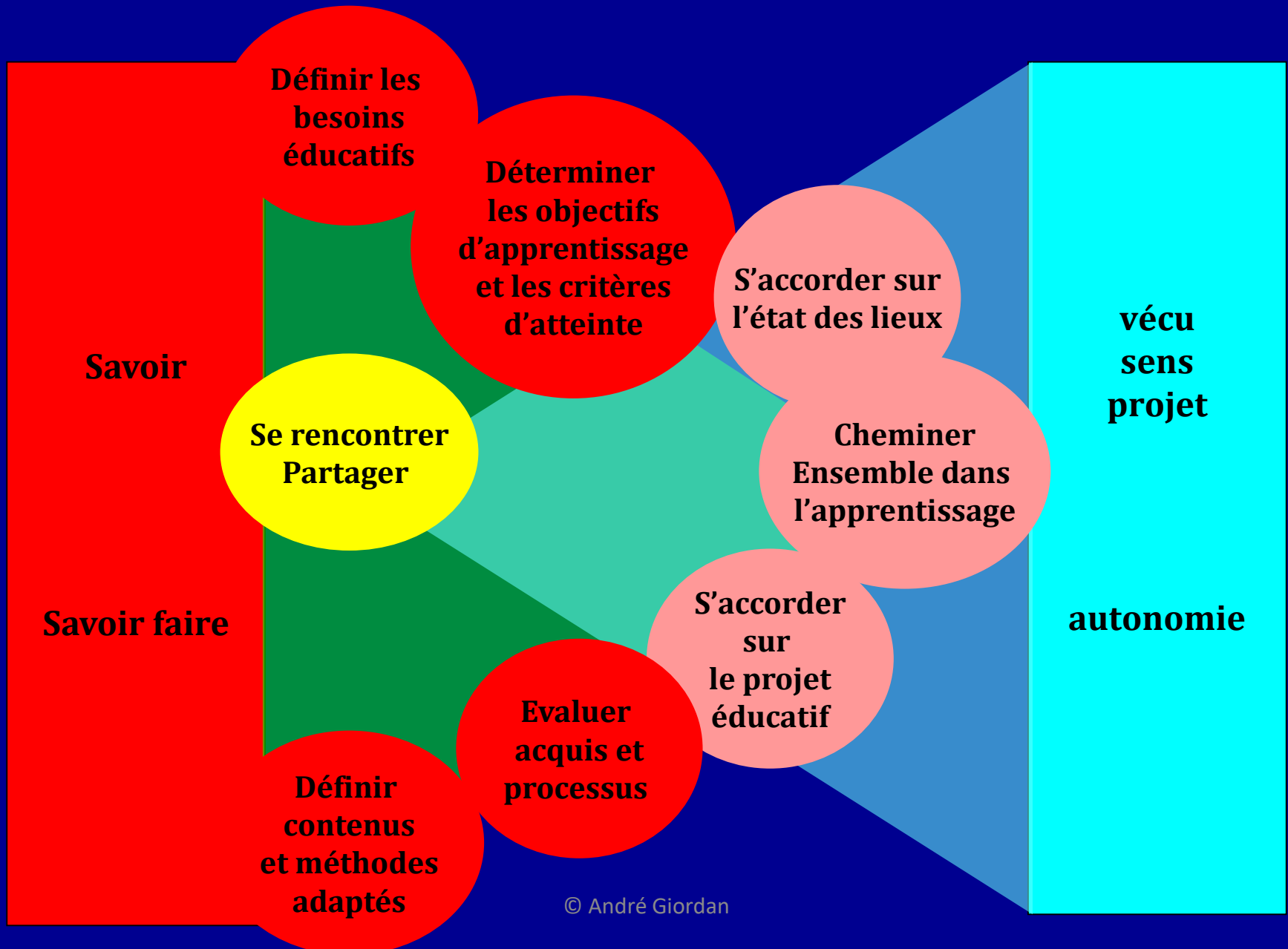
Le soignant devrait regarder le patient avec les lunettes du patient

Le soignant doit s'adapter au tempo du patient

le soignant doit négocier le projet avec.. le patient



du frontal au partage, ev. à la négociation



Je vous remercie...

andre.giordan@unige.ch

<http://www.andregiordan.com/>

[@AndrGiordan](#)

MOOC sur les sciences de l'apprendre...
L'inscription est gratuite...
<https://www.unige.ch/fapse/ldes/apprendre/>

