

EDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT EN ADDICTOLOGIE : L'EXPÉRIENCE DU DISPPAA

JOURNÉE ACPHOS - 1^{ER} JUIN 2018

NOÉMIE POUCHET - PSYCHOLOGUE

PLAN DE LA PRÉSENTATION

RAPPELS SUR L'ETP

CONTEXTE DE MISE EN ŒUVRE

PROGRAMME ETPA

ÉVALUATION DES PATIENTS ET DES
PROFESSIONNELS

RAPPELS SUR L'ETP

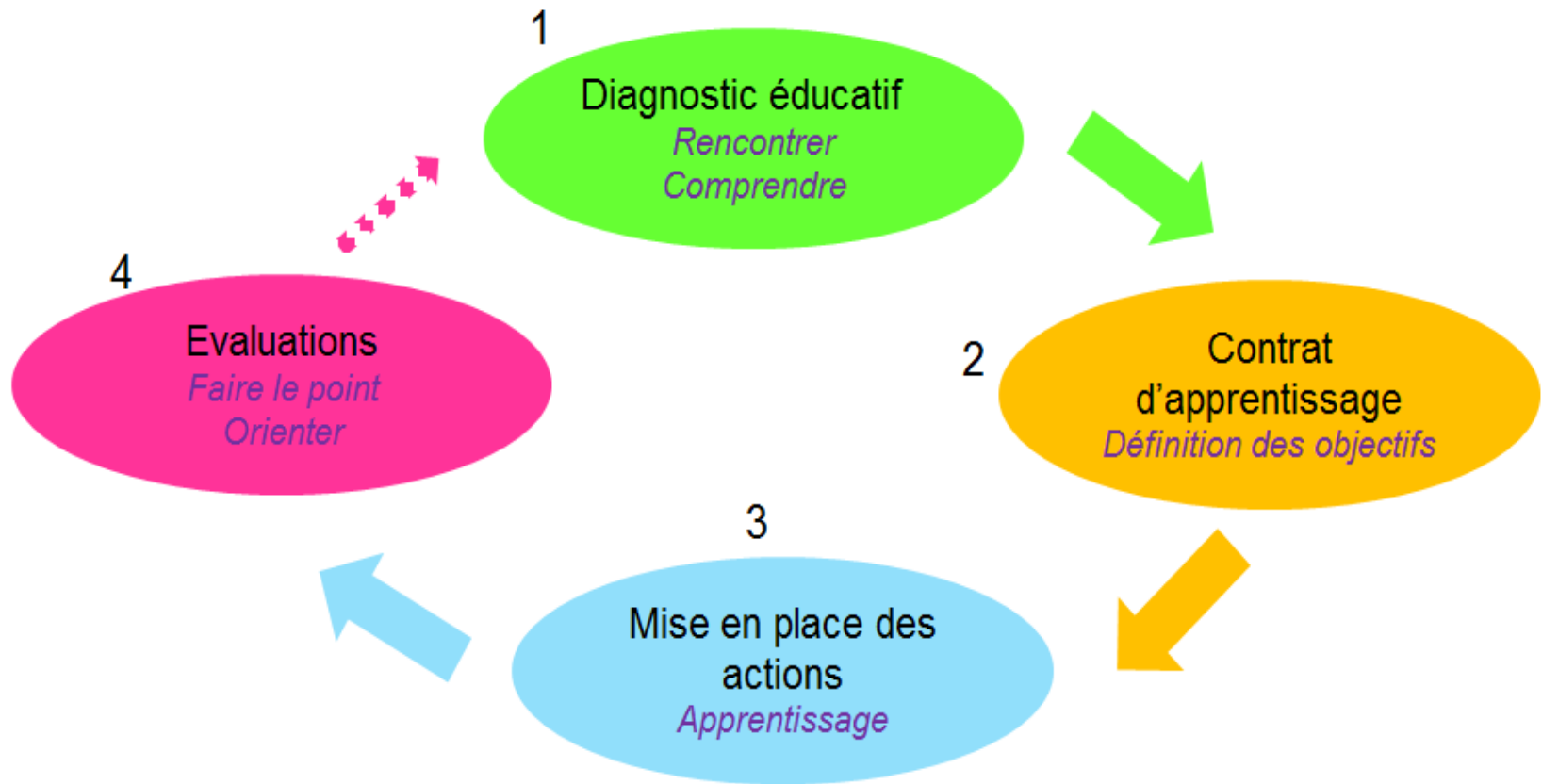
The background features a large red triangle on the right side, a light olive green triangle on the left side, and a darker gold triangle at the bottom left. The text 'RAPPELS SUR L'ETP' is positioned in the upper left quadrant of the white space.

L'ETP C'EST QUOI ?

- Un processus continu d'apprentissage, intégré à la démarche de soins.
- L'éducation du patient est centrée sur le patient,
- Elle comprend des activités organisées de sensibilisation, d'information, d'apprentissage et d'aide psychologique et sociale, concernant la maladie, les traitements prescrits, les soins à l'hôpital ou dans d'autres lieux de soins, et des informations sur l'organisation des soins et sur les comportements liés à la santé et à la maladie.
- L'éducation du patient est destinée à aider les patients et leur famille à comprendre leur maladie et leur traitement, à collaborer avec les soignants, à vivre sainement et à maintenir ou améliorer leur qualité de vie.

Définition de l'OMS, 2008

L'ETP, UN PROCESSUS EN 4 ÉTAPES :



QUELQUES IDÉE FORTES...



SOIGNANT :
UN MÉTIER D'ÉCOUTE...

SILENCE !!
TU AS TORT !!



EVOLUTION DE LA RELATION

DÉVELOPPER LES RESSOURCES ET FAVORISER L'AUTONOMIE

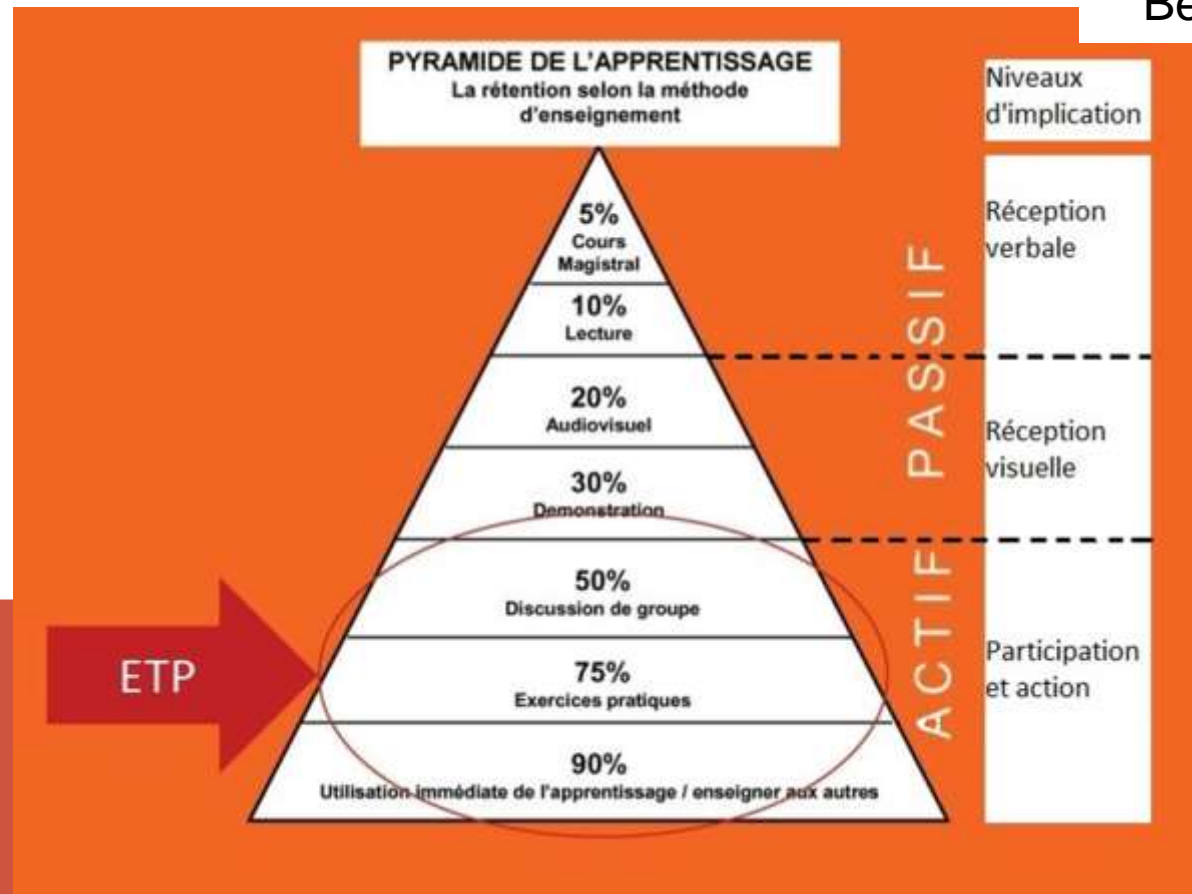


PROCESSUS D'EMPOWERMENT




OUTILS D'ANIMATION PARTICIPATIFS

« Tu me dis, j'oublie.
Tu m'apprends, je me souviens.
Tu m'impliques, j'apprends. »
Benjamin Franklin (1706-1790)



PERTINENCE DE L'ETP EN ADDICTOLOGIE

- Aspect chronique des addictions (absence de guérison, survenue de rechutes, nécessité d'adapter son mode de vie, complications possibles, accompagnement au long cours)
 - Prépondérance du savoir expérientiel mais aussi des croyances erronées
 - Nécessité d'une implication active du patient à ses soins
 - Dédramatisation et externalisation de la maladie alcoolique / addictive
 - Amélioration de l'estime de soi et du sentiment de contrôle
 - Responsabilisation vs infantilisation
- 

CONTEXTE

The background features a white upper-left quadrant. A large, solid red shape occupies the right half and extends diagonally from the top-right towards the bottom-left. On the left side, there are two overlapping triangular shapes: a light olive green one on top and a darker, golden-brown one on the bottom, both pointing towards the center.

CONTEXTE DE MISE EN OEUVRE

Filière addictologie du Centre Hospitalier de Jonzac : DISPPAA, CSAPA, ELSA
DISPPAA Département d'Informations et de Soins pour les Personnes ayant un
Problème avec l'Alcool ou autres Addictions

Service de soins complexes en addictologie

Hospitalisations complète de 28 jours (cures)

Équipe pluri-disciplinaire

Programme de soins intégratifs

Pratiques éducatives existantes



ÉTAT DES LIEUX DE L'EXISTANT

35 projets sur les 3378 autorisés en France concernant l'addictologie (chiffre 2016)

En Nouvelle-Aquitaine : 9 programmes autorisés (chiffre 2018)

3 dans les Pyrénées-Atlantiques, 3 en Gironde, 1 dans le Limousin

2 en Charente-Maritime : CH St Jean d'Angély et CH Jonzac

ÉTAPES DU PROJET

2014 :

2015 : groupes de travail ETP

2016 : expérimentation d'outils d'animation, de séances. Écriture du dossier de demande d'autorisation ARS

2017 : en janvier rejet de la demande d'autorisation par l'ARS

En juillet autorisation de l'ARS

2018 : 1^{ère} évaluation annuelle

PROGRAMME ETPA

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU
PATIENT EN ADDICTOLOGIE

Objectifs du programme :

- développer la compréhension du trouble addictif (mécanismes, fonctions des consommations dans l'économie psychique interne et relationnelle, répercussions somatiques, psychiques, sociales)
- favoriser l'acceptation de l'addiction
- développer les ressources pour faire face aux difficultés liées à la maladie (prévention de la rechute, processus de deuils, communication et affirmation de soi)
- accompagner la construction d'un projet de soins et d'un projet de vie

MATRICE DE COMPÉTENCES

	Compétences	Objectifs éducatifs
D'AUTO-SOINS	Compréhension de la pathologie	<ul style="list-style-type: none"> - exprimer ses représentations de l'addiction - repérer les contextes de consommation et les fonctions des produits - comprendre le mécanisme de dépendance physique à l'alcool et le corolaire thérapeutique de l'abstinence - repérer les répercussions socio-familiales de l'addiction ...
	Prévention de la rechute	<ul style="list-style-type: none"> - repérer des situations à risque de re-consommation - préparer les changements dans ses habitudes - élaborer un plan d'urgence pour faire face à un craving - favoriser l'acceptation de l'abstinence ...
PSYCHO-SOCIALES	Renforcement de l'estime de soi	<ul style="list-style-type: none"> - repérer ses forces/ressources et ses fragilités / vulnérabilités - pratiquer des techniques de communication et d'affirmation de soi ...
	Identification, expression et gestion des émotions	<ul style="list-style-type: none"> - savoir repérer et exprimer ses émotions - savoir repérer les liens entre émotion, ressenti corporel et besoin insatisfait - identifier des outils de gestion des émotions ...

ARTICULATION PROGRAMME ETP ET PROGRAMME DE SOINS DU DISPPAA

Programme ETPA		Coordination clinique	Autres Soins Articulés à l'ETPA		
Entretiens individuels	Séances en groupe		Séances en groupe	Suivi individuel	Dispositif entourage
Evaluation médico-psychologique	Atelier d'ETP (8 séances dont 1 de bilan)	Courriers au médecin traitant (début et fin de programme)	Groupe de paroles	Entretiens avec médecin	<i>selon demandes :</i>
Entretien(s) de diagnostic éducatif	Atelier ICMA (5 séances)	Transmissions écrites (dossiers de soins)	Relaxation	Entretiens avec infirmier	Réunion(s) d'informations et d'échanges
Séances d'ETP (selon besoins)	Séances supplémentaires (selon besoins)	Bilan de quinzaine (à mi-parcours)	Activité Physique et Nature	Entretiens avec psychologue	Entretiens individuels (téléphonique ou présentiel)
Entretien de bilan		Groupe de travail ETP	Atelier créativité	Entretiens avec assistante sociale	Entretiens familiaux
Questionnaire de satisfaction (seul ou avec soignant)		Réunion de synthèse (invitation des partenaires)	Réunions d'associations d'entraide (4 associations)	Entretien avec diététicienne (selon besoin)	

PATIENTS-SOIGNANTS, MAIS PAS SEULEMENT !

- o Articulation avec dispositif d'aide aux familles :

Novembre 2016

FAMILLES et ADDICTIONS

Un espace d'accueil, d'écoute, d'aide et d'information est proposé aux familles confrontées à un questionnement ou un problème en rapport avec une conduite addictive (ALCOOL, DROGUES, MEDICAMENTS, etc...)

3 POSSIBILITÉS VOUS SONT OFFERTES :

① **RÉUNIONS D'ACCUEIL** (entourage seulement)
sur place*, sans rendez-vous

Calendrier des réunions 2016 de 18h à 19h30

Lundi 25 Janvier	Lundi 30 Mai	Lundi 26 Septembre
Lundi 29 Février	Lundi 27 Juin	Lundi 31 Octobre
Lundi 04 Avril	Lundi 25 Juillet	Lundi 28 Novembre
	Lundi 19 Décembre	

② **ENTRETIENS INDIVIDUELS** (entourage seulement)
sur place* ou par téléphone, uniquement sur rendez-vous
Pour prendre rendez-vous, appeler au : 05.46.48.54.72 ou 05.46.48.79.61.

③ **ENTRETIENS FAMILIAUX** (entourage et patient réunis)
sur place* (le Mercredi à partir de 12h) et uniquement sur rendez-vous
Pour prendre rendez-vous, appeler au : 05.46.48.54.72 ou 05.46.48.79.61.

L'accueil est assuré par des professionnels de la santé, spécialisés en Addictologie.

*Lieu : Service de Psychiatrie « Domaine des Fossés » à St Martial de Viterne, tout près de Jonzac. Une fois au Domaine des Fossés, suivre le fléchage : « CONSULTATIONS », puis « DISPPAA-CONSULTATIONS ».
Attention ! Il ne s'agit pas du « CENTRE HOSPITALIER GÉNÉRAL – URGENCES », situé en centre ville à Jonzac.

D.I.S.P.P.A.A.
Département d'Information et de Soins
aux Personnes ayant un Problème
avec l'Alcool ou autres Addictions
Centre Hospitalier - Domaine des Fossés
BP 80109 - 17503 Jonzac Cedex
Tél. 05 46 48 54 72 - Fax. 05 46 48 54 75

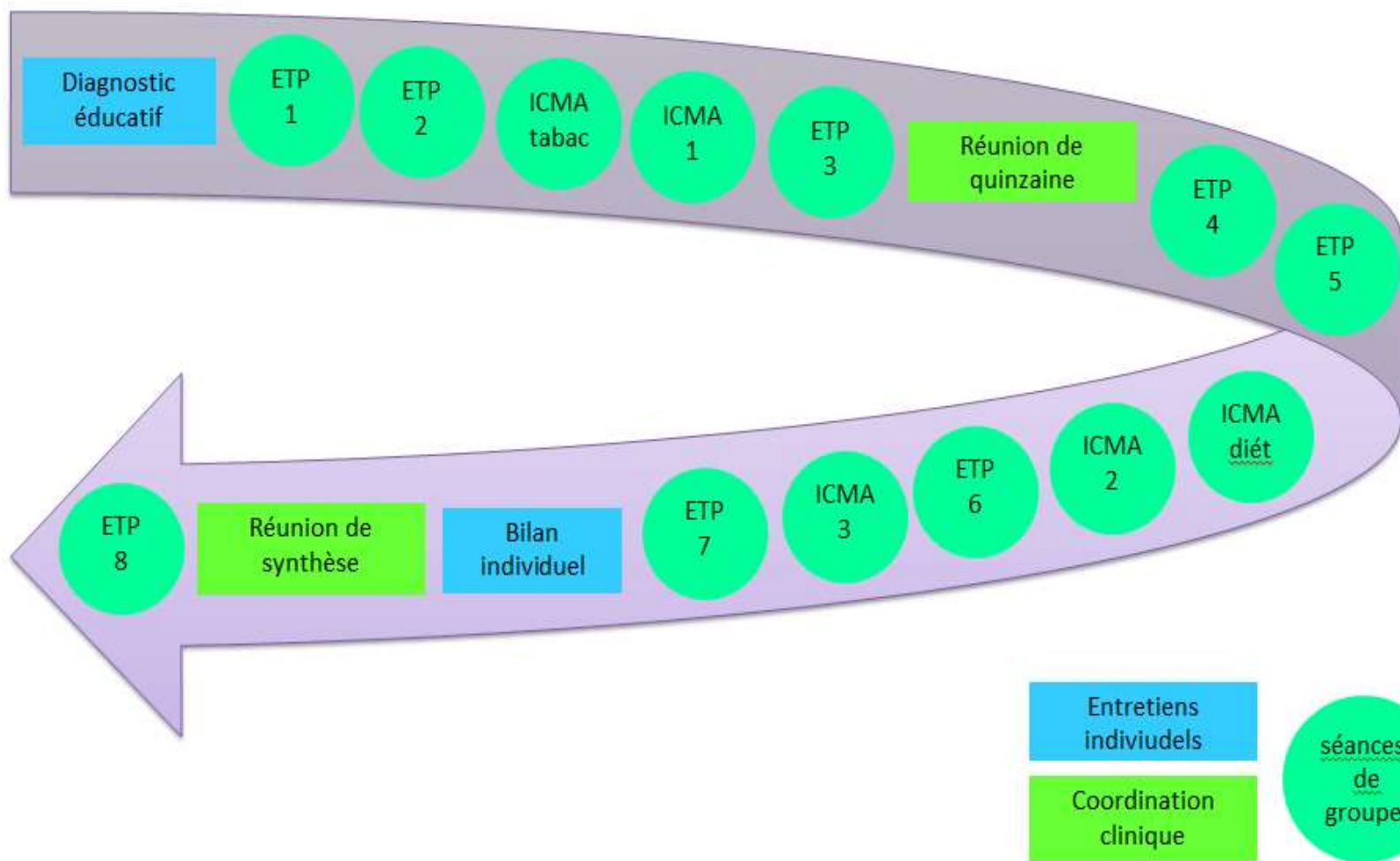
C.S.A.P.A.
Centre de Soins, d'Accompagnement et de
Prévention en Addictologie et Alcoolologie
Centre Hospitalier Général - BP 80109
35 avenue des Poilus - 17503 Jonzac Cedex
Tél. 05.46.48.79.61 - Fax. 05.46.48.79.62

Club 16

Partenariats avec associations d'entraide :

- La Croix Bleu
- Vie Libre
- Alcooliques Anonymes
- Alcool assistance – La Croix d'Or

DÉROULEMENT ET CONTENU



DIAGNOSTIC ÉDUCATIF

Dimensions	Exemples de questions
Cognitive :	<p>Comment nommez-vous le problème de santé qui vous amène ici ?</p> <p>Qu'est-ce que vous savez sur la maladie dont vous souffrez ?</p> <p>Quelles questions vous posez-vous sur l'addiction / l'alcool-dépendance ?</p> <p>Depuis combien de temps diriez-vous que vous êtes dépendant à l'alcool ?</p> <p>Selon vous, pourquoi et comment êtes vous devenu dépendant à l'alcool ?</p> <p>Quelles conséquences/liens cette maladie a sur/avec votre santé physique/psychologique ?</p>
Psychologique :	<p>Comment vivez-vous avec la maladie ?</p> <p>Comment percevez-vous votre santé ?</p> <p>Sur une échelle de 1 à 10, où 1 serait « je ne suis pas du tout malade alcoolique » et 10 serait « je suis totalement malade alcoolique », où vous situeriez-vous ? Pourquoi ?</p>
Socio-culturelle :	<p>Quelle est votre situation professionnelle ?</p> <p>Quelles conséquences votre addiction a sur votre activité professionnelle ?</p> <p>Quelle est votre situation familiale ? avec qui vivez-vous ? De quel soutien bénéficiez-vous ?</p> <p>Quel regard votre famille peut porter sur votre addiction ?</p> <p>Votre addiction créé-t-elle ou est-elle liée à des difficultés d'ordre relationnel ? ou de communication ?</p> <p>Quel type d'activités pratiquez-vous ? Avez-vous des loisirs ?</p>
Motivationnelle :	<p>Qu'est-ce qui vous motive ? Quels sont vos projets futurs ?</p> <p>Quelles sont vos motivations à arrêter de consommer ?</p> <p>De quoi avez-vous besoin ? Quelles sont vos attentes ?</p>
Objectifs éducatifs	<p>Qu'est-ce que vous voudriez apprendre, ou apprendre à faire, durant l'atelier d'ETP ?</p> <p><i>Ex : Comprendre le fonctionnement de la maladie alcoolique / Expliquer la maladie à mes proches / comprendre la fonction de l'addiction pour moi</i></p> <p><i>comprendre / gérer / verbaliser mes émotions</i></p> <p><i>m'affirmer face à mon entourage (perso ou pro) / savoir dire non...</i></p>

ATELIER ICMA

ANIMÉ PAR UN DES MÉDECINS ADDICTOLOGUES

SÉANCE 1 : BIOLOGIE GÉNÉRALE DE L'ALCOOL

SÉANCE 2 : L'ALCOOL EST UNE SUBSTANCE POUVANT GÉNÉRER DE LA DÉPENDANCE

SÉANCE 3 : LES ASPECTS PSYCHOLOGIQUES ET SOCIO-CULTURELS DE LA DÉPENDANCE À L'ALCOOL

SÉANCE DIÉTÉTIQUE

SÉANCE TABAC : FREINS ET LEVIERS À L'ARRÊT

ATELIER ETP

SÉANCE 1 : REPRÉSENTATIONS DE L'ALCOOLISME
(MÉTAPLAN)

SÉANCE 2 : ESTIME DE SOI ET BALANCE DÉCISIONNELLE
DU CHANGEMENT (VIP ET TABLEAUX)

SÉANCE 3 : REPRÉSENTATIONS MENTALES OU ÉMOTIONS

SÉANCE 4 ET 6 : MISES EN SITUATIONS (OBJECTIFS
PERSONNALISÉS)

SÉANCE 5 : QUESTIONNAIRE PELC BIS (PRÉVENTION DE
LA RECHUTE)

SÉANCE 7 : PLAN D'URGENCE

SÉANCE 8 : BILAN DE L'ETPA (ÉVALUATION) ET AU
REVOIR (PHOTO-LANGAGE)

COMPRÉHENSION DE LA PATHOLOGIE

Objectif éducatif : exprimer
ses représentations de
la maladie alcoolique

Outil → métaplan

Séance 1



BAR À EAU



Titre de la séance :		ETP 1 - Représentations de l'alcoolisme	
Compétences visées : - compréhension de la pathologie - acceptation de la maladie		Objectifs éducatifs : - exprimer ses représentations de l'addiction - connaître les représentations des autres participants - repérer les différentes dimensions de la pathologie	
Animateur : Un infirmier	Moyens matériels : 8 chaises, un paper-board, des post-its, des feutres	Outils et techniques : le métaplan débat la météo	Durée : 1h
			Lieu : Bar à eau
Déroulement	<p>5' : accueil, introduction de l'atelier par le soignant : 3 post-its sont distribués ils doivent écrire un mot/une idée qui pour eux évoque l'alcoolisme.</p> <p>5' : réflexion et écriture personnelles sur les 3 post-its. Le soignant est là pour aider...</p> <p>5' : les patients viennent coller leurs post-its sur le tableau de sorte que les idées proches soient regroupées</p> <p>35' : échanges, discussion</p> <p>5' : évaluation de la séance par les participants</p>		
Messages clés	<p>- L'addiction c'est ne pas pouvoir se passer de consommer ou ne pas pouvoir contrôler le produit (tout le temps ou à certains moments) dans des situations ou ce n'est pas adapté ou pas souhaité.</p> <p>- L'alcoolisme est une forme de maladie</p> <p>- La maladie alcoolique n'est pas complètement liée à la quantité consommée, ni à l'ivresse ressentie.</p> <p>- L'addiction comporte plusieurs dimensions : physique, psychologique, sociale</p>		
Evaluations :	Satisfaction (météo en fin de séance)	Pertinence de la thématique et de l'outil d'animation (séance ETP 8)	Adéquation avec objectifs personnalisés (entretien de bilan)

ETP 1 : MÉTA-PLANS

pb libido
 Cytomegalovirus
 Concomitant
 polymyalgie
 démanche
 dépression
 HTA
 diabète
 Suicide
 je ne peux
 pas m'en passer
 sans ça
 Coma éthylique
 pondance
 psychique
 physique
 mort
 obligé de
 boire

ALCOOLISME

plaisir
 équilibre
 créativité
 désinhibition
 anticholinergique
 excitant
 2 libid. Conduites à risque
 entourage
 individuel
 substances
 perdues
 intolérance
 morale
 famille
 société
 regard des autres
 honte
 d'incompétence
 de regret de la
 société
 manque d'intérêt pour
 les autres

On ne vit que
 par ça
 On ne peut plus s'en passer
 On a besoin du produit

ALCOOLISME

On ne se rappelle pas
 Paralyse
 On peut pas faire face
 On ne se sent pas bien
 par rapport aux autres
 Manque d'alcool
 obsessions
 Anxiété
 Agressif
 Méchant
 Impulsif
 Trébuchements
 Epilepsie
 Culpabilité

On ne se rappelle pas
 Paralyse
 On peut pas faire face
 On ne se sent pas bien
 par rapport aux autres
 Manque d'alcool
 obsessions
 Anxiété
 Agressif
 Méchant
 Impulsif
 Trébuchements
 Epilepsie
 Culpabilité

On ne se rappelle pas
 Paralyse
 On peut pas faire face
 On ne se sent pas bien
 par rapport aux autres
 Manque d'alcool
 obsessions
 Anxiété
 Agressif
 Méchant
 Impulsif
 Trébuchements
 Epilepsie
 Culpabilité

On ne se rappelle pas
 Paralyse
 On peut pas faire face
 On ne se sent pas bien
 par rapport aux autres
 Manque d'alcool
 obsessions
 Anxiété
 Agressif
 Méchant
 Impulsif
 Trébuchements
 Epilepsie
 Culpabilité

Titre de la séance :	ETP 2 – Changements		
Compétences visées : - compréhension des mécanismes de la dépendance - adaptation à l'abstinence	Objectifs éducatifs : - repérer les fonctions de la consommation - anticiper les changements nécessaires pour s'adapter à l'abstinence		
2 ^{ème} partie : fonctions de la consommation et motivations à l'arrêt	- 5' explication de la consigne : « listez les avantages et les inconvénient que vous aviez à boire » temps individuel de 10 min avec aide des animatrices - 20' restitution en grand groupe. Lister les propositions des participants au paper-board - 15' échanges et discussion - 5' synthèse, conclusion et remise de la fiche balance décisionnelle pour poursuivre la réflexion de façon autonome 5' : évaluation de la satisfaction par rapport à la séance : « quelle est la météo de votre humeur à l'issue de cet atelier ? »		
Messages clés	Apprendre à se connaître favorise une meilleure estime de soi et permet de s'affirmer Des changements sont nécessaires dans votre vie pour trouver un nouvel équilibre sans l'alcool/le produit.		
Evaluations	Satisfaction (météo en fin de séance)	Pertinence de la thématique et de l'outil d'animation (séance ETP 8)	Adéquation avec objectifs personnalisés (entretien de bilan)

ETP 2 : BALANCE DÉCISIONNELLE DU CHANGEMENT

Avantages	Inconvénients
<p>alcool (et autres produits)</p> <p>se destimber III</p> <p>se vider III Fume</p> <p>trier le temps (mini)</p> <p>"récompense"</p> <p>depanisme I</p> <p>convivialité I</p> <p>trier le monde II</p> <p>s'intégrer</p> <p>insouciance</p> <p>sexualité I</p> <p>confiance en soi</p> <p>obsession</p>	<p>sexualité</p> <p>danger sur la route</p> <p>perte mémoire / concentration !</p> <p>depression</p> <p>perte permis conduire ✓</p> <p>agressivité II</p> <p>infidélité</p> <p>mensonges III</p> <p>éloignement</p> <p>repoussés familiales</p> <p>obsession</p> <p>docteur</p> <p>maladies</p> <p>Santé II</p>

Titre de la séance :	ETP 3 - Emotions		
Compétences visées : - identification, expression et gestion des émotions	Objectifs éducatifs : - savoir repérer les liens entre émotion, ressenti corporel et besoin insatisfait - savoir exprimer ses émotions - situer son état émotionnel actuel		
Animateurs : 1 infirmier et 1 psychologue	Moyens matériels : 8 chaises, un paper-board, stylos, cartes de situations	Outils et techniques : Carte de situations → récit court mettant en scène un personnage dans une situation d'activation émotionnelle	Durée : 1h30 Lieu : Bar à eau
Déroulement :	<p>5' accueil, présentation de la séance Faire le lien avec les besoins repérés lors des diagnostics éducatifs</p> <p>2' un participant lit une vignette situation piochée au hasard Tous les participants cherchent à répondre aux questions suivantes : - A votre avis, que ressent le personnage ?</p> <p>20' échanges <i>Exemple de thématiques : pourquoi c'est difficile de verbaliser ses émotions ?</i> <i>Pourquoi c'est difficile de repérer ses émotions ?</i> <i>Liens entre notre histoire de vie et les émotions récurrentes</i></p>		
Messages clés :	<ul style="list-style-type: none"> - l'émotion se traduit dans le corps - souvent la consommation d'alcool ou autre produit psychotrope permet d'étouffer des ressentis physiques liés à des émotions émergentes - identifier l'émotion que l'on ressent permet de se sentir moins envahi par elle, de prendre du recul. - la verbalisation de ses émotions ouvre à une communication plus authentique - les émotions sont NORMALES elles font partie de nous, de notre humanité, il ne faut pas en avoir peur. - les émotions peuvent constituer des alertes sur nos besoins 		
Evaluations :	Satisfaction (météo en fin de séance)	Pertinence de la thématique et de l'outil d'animation (séance ETP 8)	Adéquation avec objectifs personnalisés (entretien de bilan)

Titre de la séance :		ETP 4 et ETP 6 – Mises en situations	
Compétences visées : <i>Variables selon les objectifs personnalisés</i> - communication et affirmation de soi - information de son entourage sur la pathologie - repérage des répercussions socio-familiales de l'addiction - renforcement de l'estime de soi		Objectifs éducatifs : <i>Variables selon les objectifs personnalisés</i> - pratiquer des techniques de communication et/ou d'affirmation de soi - acquérir des compétences relationnelles et communicationnelles - s'affirmer : exprimer ses pensées, ses émotions, ses désirs - expliquer sa pathologie et les contraintes associées à son entourage	
Animateurs : 1 infirmier et 1 psychologue	Moyens matériels : 8 chaises, un paper-board, mobilier et accessoires (table, bar, verre, bouteille...)	Outils et techniques : Mises en situations	Durée : 1h30
			Lieu : Bar à eau
Déroulement :	5' accueil, introduction 10' Faire un point sur l'affirmation de soi - poser le cadre : non jugement, bienveillance, entraide, donner des conseils, critiques constructives, l'ici et maintenant → les écrire au tableau (3') 20' situation 1 : (briefing : 3' ; jeu 7' ; débriefing 10') - synthèse des points clés (5') 20' situation 2 20' situation 3 5' synthèse, conclusion → 3 ou 4 mises en situations par séances → faire en sorte que tous les patients jouent à chaque séance		
Evaluations :	Satisfaction (météo en fin de séance)	Pertinence de la thématique et de l'outil d'animation (séance ETP 8)	Adéquation avec objectifs personnalisés (entretien de bilan)

PRÉVENTION DE LA RECHUTE



côté joueurs

Objectif éducatif : savoir dire non à un verre et expliquer la maladie

Outil : Mises en situations

Séances 4 et 6



côté observateurs

BRIEFING MISES EN SITUATIONS

Situation 1 – Fabienne : savoir dire non lorsque l'on en a besoin

- Contexte : pendant un dîner avec son compagnon, à la maison, une ancienne co-curiste débarque à l'improviste, demandant à Fabienne de l'accompagner à un groupe d'entraide. Fabienne doit dire non, expliquer qu'elle a d'autres projets, (partir en week-end) que c'est important pour elle. L'amie doit chercher à la culpabiliser
- Amie jouée par : Maurine

Situation 2 – Tony : faire face à un craving en exprimant ses ressentis et son désir d'abstinence

- Contexte : il est au bar, avec un ami qui consomme de l'alcool. Lui a envie aussi, mais doit en parler mais exprimer son désir de ne pas consommer, projet d'abstinence ect
- Ami joué par : William

Situation 3 – Anthony : expliquer la maladie à un proche et écouter les ressentis de l'autre

- Contexte : discussion avec son fils, doit lui demander comment il a vécu la situation, parler de son propre vécu d'enfant de père alcoolique, souhait de ne pas reproduire la mm chose.
- Fils joué par : Matthieu

ETP 5 : QUESTIONNAIRES PELC SUR LES HABITUDES DE CONSOMMATION D'ALCOOL

0 = jamais ; 1 = parfois ; 2 = fréquemment ; 3 = très fréquemment

- 1. Lorsque je rencontre certaines personnes
- 2. Lorsque j'ai des ennuis, pour les oublier
- 3. Par habitude
- 4. Pour le goût agréable
- 5. Par goût, qui est devenu une habitude
- 6. Ce sont des habitudes que l'on avait dans ma famille
- 7. Pour me stimuler
- 8. En compagnie de mon mari (de ma femme)
- 9. Parce que j'aime bien boire un verre
- 10. Quand je me sens seul(e)
- 11. Pour me remonter le moral
- 12. Pour éviter des tremblements, le lendemain des jours où j'ai bu beaucoup
- 13. C'est du aux relations professionnelles
- 14. Quand je me sens abandonné(e)
- 15. Lorsque j'ai des difficultés que je ne supporte pas
- 16. Pour accompagner un repas
- 17. Lorsque je me trouve dans un groupe de gens qui boivent
- 18. Pour me sentir mieux
- 19. Avant de faire certaine(s) chose(s)

... → 40 items

ETP 5 : QUESTIONNAIRES PELC-BIS POUR PRÉVENTION DE LA RECHUTE

Pour chaque question à laquelle j'ai répondu par 1, 2 ou 3, je dois maintenant trouver une réponse claire, précise, concrète, à chacune des questions.

Question 1 : Comment vais-je faire, lorsque je rencontrerai certaines personnes, pour rencontrer ces personnes, sans boire un verre ?

2 : Comment vais-je faire, lorsque j'aurai des ennuis, pour les oublier, sans boire un verre ?

3 : C'est une habitude que je ne pourrai plus me permettre. Dois-je la remplacer par une autre habitude ? D'autres habitudes ? Laquelle ? Lesquelles ?

4 : C'est un goût agréable dont je devrai me passer. Dois-je le remplacer par un autre goût agréable ? Ou d'autres goûts agréables ? Lequel ? Lesquels ?

5 : Je devrai me passer de ce goût qui est devenu une habitude. Reprendre les questions 3 et 4.

6 : Je devrai renoncer à ces habitudes que l'on avait dans ma famille. Cela va-t-il me coûter ? Cela va-t-il me couper de ma famille ? Comment faire ?

7 : Comment vais-je faire lorsque je chercherai à me stimuler, pour me stimuler, sans boire un verre ?

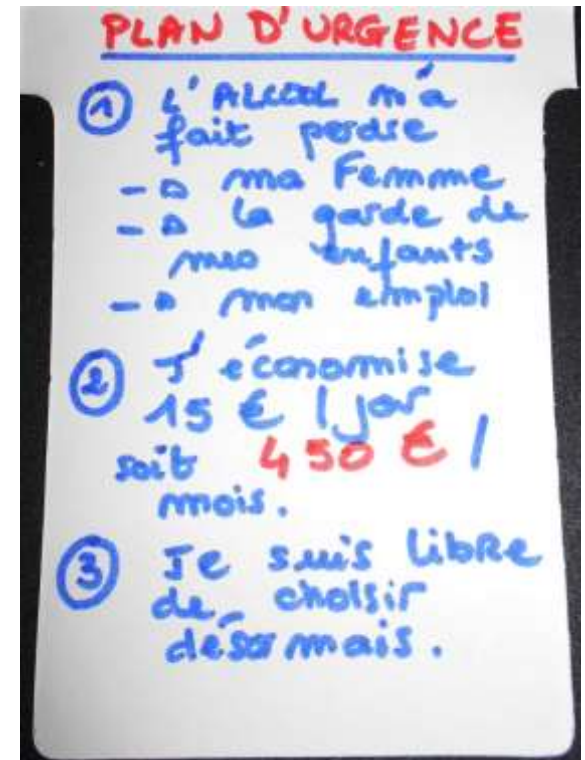
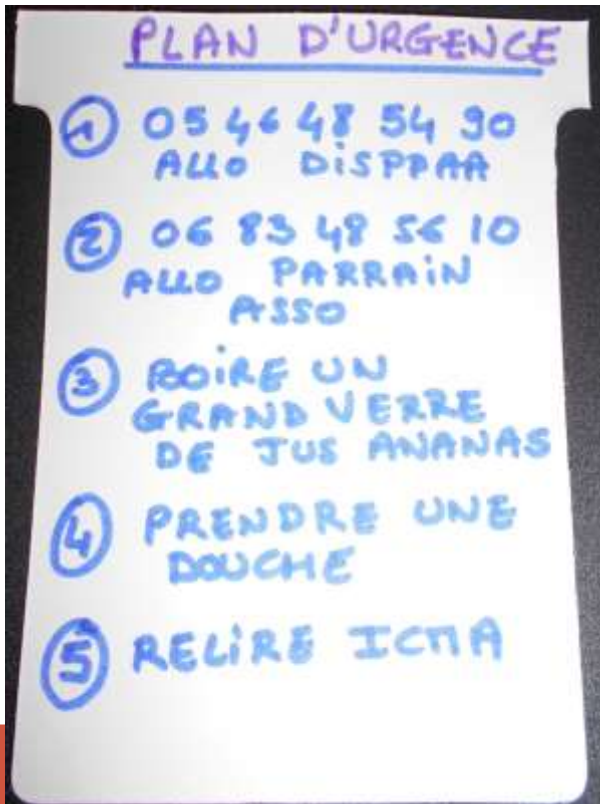
8 : Comment vais-je faire, lorsque je serai en compagnie de mon mari (ma femme) pour ne pas boire un verre ?

9 : Je ne pourrai plus me permettre ce verre que j'aime bien. Dois-je le remplacer par autre chose que j'aime bien ? Quoi ?

10 : Comment vais-je faire quand je me sentirai seul(e), pour affronter cette solitude, sans boire un verre ?

Titre de la séance :		ETP 7 - Plan d'urgence	
Compétence visée : - prévention de la rechute		Objectifs éducatifs : - élaborer un plan d'action pour faire face à un craving - construire une carte « plan d'urgence »	
Animateur : 1 infirmier	Moyens matériels : 8 chaises, un paper-board, stylos, feutres, magazines, photos,	Outils et techniques : créativité	Durée : 1h
			Lieu : salle créativité
Déroulement :	<p>5' présentation du plan d'urgence : il doit être applicable tout de suite, face à une envie de consommer.</p> <p>45' sur un support adapté (fiche cartonnée, vignette...) hiérarchiser les différentes actions à mettre en place de suite en cas d'envie d'alcool On peut y ajouter : N° de téléphones de personnes ressources, motivations importantes, « phrase choc », photo de proches, image correspondant à un projet lié à l'abstinence etc.</p> <p>5' conclusion</p>		
Messages clés	<ul style="list-style-type: none"> - le plan d'urgence doit être applicable tout de suite - il est personnel - il peut être modifiable dans le temps avec la « pratique » 		
Evaluations :	Satisfaction (météo en fin de séance)	Pertinence de la thématique et de l'outil d'animation (séance ETP 8)	Adéquation avec objectifs personnalisés (entretien de bilan)

EXEMPLES DE PLAN D'URGENCE



PREMIÈRES ÉVALUATIONS

The background features a large white triangle pointing downwards from the top left. This triangle overlaps with a large red triangle pointing upwards from the bottom right. In the bottom left corner, there are two overlapping triangles: a light olive green one on top and a gold one on the bottom.

ACTIVITÉ 2017

44 patients, dont 10 ont quitté le programme avant son terme

100% des patients hospitalisés en cure ont participé au programme

26 H, 18 F, âge moy 46 ans

QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION PATIENTS

Sur une échelle de 1 (pas du tout) à 5 (complètement), ce programme d'ETP vous a-t-il permis de :

	1 Pas du tout	2 Un peu	3 Moyen- nement	4 Beau- coup	5 Totale- ment
Mieux comprendre votre maladie					✓
Mieux accepter votre maladie					✓
Mieux prendre soin de vous				✓	
Avoir d'avantage confiance en vous				✓	
Repérer les situations à risque de rechute					✓
Identifier des solutions qui vous aideront				✓	
Exprimer vos besoins				✓	

EFFETS AU SEIN DU SERVICE, DE L'ÉQUIPE



BIBLIOGRAPHIE

Bourdillon F. « Faut-il que des équipes d'addictologie développent des programmes d'éducation thérapeutique ? ». *Courrier des Addictions* 2013 ; 13(3) :1-2

Foucaud J., Bury A. J., Balcou-Debussche M., Eymard C., *Education thérapeutique du patient, Modèles, pratiques, évaluation*, 2010, INPES, 408p.

Guillemot S. « Place et apports de l'éducation thérapeutique du patient en addictologie/tabacologie ». *Revue des Maladies Respiratoires Actualités* (2014) 6, 248-252.

Sueur Christian, « Éduquer le toxicomane », *Psychotropes*, 2/2004 (Vol. 10), p. 47-79

De la Tribonnière X. et al. , « Ce que l'éducation thérapeutique peut apporter à l'addictologie », *Santé Publique* 2016/5 (Vol. 28), p. 591-597

Schéma Régional d'Organisation des Soins de Poitou-Charentes (révisé en 2015)

Guides méthodologiques de l'HAS

Liste des programmes d'ETP autorisés en Nouvelle-Aquitaine au 1^{er} janvier 2017