



Licence professionnelle Nutrition, Alimentation & Santé

UE 1.2 Éducation thérapeutique

Éléments de psychologie pour l'ETP

Mélanie Gauché

Volume horaire : 8 heures

Objectifs : Donner les éléments essentiels qui sous-tendent les objectifs de l'ETP, à savoir l'apprentissage, le transfert des compétences et le changement de comportement. Dans cette optique, les éléments proposés permettent 1) de mieux comprendre les phénomènes psychiques en lien avec l'annonce d'une maladie ; 2) d'appréhender certains éléments du changement de comportement (la motivation et l'autodétermination) et la façon de communiquer en tant que soignant pour permettre le changement ; 3) de découvrir les ressources psychiques permettant de faire face à la maladie ; 4) d'acquérir des connaissances sur les processus cognitifs de l'apprentissage en lien avec les émotions ; 5) d'initier les étudiants à quelques pratiques d'auto-soulagement des symptômes.

Éléments de contenu :

- L'annonce d'une maladie
 - Processus de deuil psychologique et quête de sens
 - Aspects émotionnels : stress et eustress etc...
- La motivation au changement
 - Autonomisation du patient, et autodétermination
 - Communication empathique et entretien motivationnel
- Faire face à la maladie : les ressources psychologiques nécessaires
 - Initiation à la psychologie positive
 - Inventaire des forces et des vertus du patient et du soignant
- Processus cognitifs de l'apprentissage et émotions
 - L'intelligence émotionnelle
 - Attention, mémoire, prise de décision
- Éléments d'auto-soins (lien avec les autres professionnels du soins)
 - La méditation
 - La relaxation
 - L'hypnose et l'auto-hypnose.

Bibliographie indicative :

- Bazinet, J., & Mandeville, L. (2015). *Éduquer les enfants avec la psychologie positive: pour les parents, enseignants et éducateurs*. Saint-Julien-en-Genevois Cedex; Thônex (Genève): Éditions Jouvence.
- Csikszentmihályi, M., & Farny, C.-C. (2009). *La créativité : psychologie de la découverte et de l'invention*. Paris: Pocket.
- Foucaud, J., Balcou-Debussche, M., Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (France), & Centre de ressources et de formation à l'éducation du patient (Villeneuve-d'Ascq, N. (Éd.). (2008). *Former à l'éducation du patient, quelles compétences ? : réflexions autour du séminaire de Lille 11-13 octobre 2006*. Saint-Denis: Éd. INPES.
- Foucaud, J., Bury, J., Balcou-Debussche, M., & Eymard, C. (2010). *Éducation thérapeutique du patient modèles, pratiques et évaluation*. Saint-Denis: INPES.
- Frankl, V. E., Bacon, C. J., & Drolet, L. (2013). *Découvrir un sens à sa vie avec la logothérapie*. Paris: J'ai lu.
- Frankl, V. E., Sarfati, G. E., & Lenhardt, V. (2009). *Nos raisons de vivre à l'école du sens de la vie*. Paris: InterÉditions.
- Gaucher, R. (2010). *La psychologie positive, ou l'étude scientifique du meilleur de nous-mêmes*. Paris: L'Harmattan.
- Kramer, U., & Ragama, E. (2015). *Psychothérapie centrée sur les émotions*.
- Lecomte, J. (Éd.). (2009). *Introduction à la psychologie positive*. Paris: Dunod.
- Martin-Krumm, C., Lyubomirsky, S., & Nelson, S. K. (2012). Psychologie positive et adaptation : quelle contribution ? In *Psychologie de la santé : théories de l'adaptation* (p. 335-353). De Boeck.
- Seligman, M. E. P., Cohen, L., & Lecomte, J. (2009). *La force de l'optimisme*. Paris: InterEditions.