



Intitulé de la formation

# Aspects psychologiques et motivationnels de l'observance à la Pression Positive Continue

## Finalité de la formation

Optimisation des pratiques médicales et paramédicales relatives aux aspects psychologiques et motivationnels du traitement par Pression Positive Continue.

## Contenue de la formation

Les sociétés savantes et les réseaux de professionnels de la santé recommandent la Pression Positive Continue (PPC)<sup>1</sup> pour traiter le Syndrome d'Apnées du Sommeil (SAS). Bien que très efficace, ce traitement est souvent mal accepté par les patients. Accompagner au mieux les patients dans le traitement PPC nécessite certes une bonne connaissance technique de la maladie et de l'appareillage, mais souvent des barrières psychologiques et relationnelles entravent l'observance des patients. L'anxiété, la dépression, le manque de motivation, l'absence de symptôme, les représentations de l'appareillage... sont de nombreux facteurs « psy » qui freinent la prise en charge. Dans ce contexte, les patients résistants sont plus sensibles aux relations avec le personnel soignant. Accompagner, écouter, motiver, établir une bonne relation empathique avec le patient sont des ingrédients clés d'une bonne mise en route d'une PPC.

De nombreuses études scientifiques ont montré que l'éducation thérapeutique, les techniques motivationnelles et l'accompagnement cognitif et comportemental aident significativement les personnes souffrant de SAS à choisir et à entreprendre le traitement par PPC<sup>2,3,4</sup>. Les patients qui bénéficient de ce type d'accompagnement utilisent mieux et plus longtemps la PPC<sup>2,3,4</sup>. Ils en tirent de plus grandes améliorations cliniques que ceux qui ne suivent pas ce type d'accompagnement.

L'objectif de cette formation est une initiation théorique et un entraînement aux techniques motivationnelles, cognitives et comportementales. Cette formation peut aboutir sur une mise en route de groupe d'entraînement ou de supervision de vos équipes soignantes et techniques.

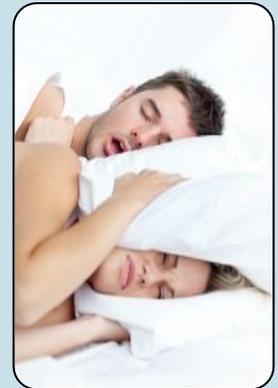
## Public concerné par la formation

Ce programme s'adresse à tout professionnel de santé, médical et paramédical, impliqué dans le traitement du Syndrome d'Apnées du Sommeil par Pression Positive Continue. En particulier, les équipes responsables de la mise en route et du suivi du traitement par PPC.

Les participants devront connaître préalablement à la formation (a) la physiologie, les symptômes, les facteurs de risques, les critères diagnostiques et les complications du syndrome d'apnées du sommeil, et (b) son traitement (PPC et alternative).

## FICHE SIGNALÉTIQUE

- Présentiel
- Sur site ou sur Lyon
- 6 séances de 3h
- Théorie & Pratique



## Objectif

- Améliorer les stratégies motivationnelles pour favoriser l'observance à la Pression Positive Continue dans le cadre du traitement u Syndrome d'Apnées du Sommeil.

## Public :

- Tout professionnel de santé
- Médecin généraliste
- Pharmacien
- Psychologue
- Psychiatre
- Médecin du travail

## Nb total de participants :

5-20



1. SPLF, et al. (2010). Recommandations pour la Pratique Clinique - SAOS de l'adulte. Revue des Maladies Respiratoires.
2. Sawyer, A.M. et al. (2011). A systematic review of CPAP adherence across age groups: Clinical and empiric insights for developing CPAP adherence interventions. Sleep medicine reviews.
3. Smith, I., et al. (2009). Interventions to improve use of continuous positive airway pressure for obstructive sleep apnoea. Cochrane Database Syst Rev.
4. Smith, I., et al. (2009). Educational, supportive and behavioural interventions to improve usage of continuous positive airway pressure machines for adults with obstructive sleep apnoea. Cochrane DatabaseSystRev.

# Pédagogie

## Objectifs

A la fin du programme le participant, en employant les connaissances et les compétences acquises, sera capable:

- de connaître et dépister les facteurs l'observance et de la non-observance,
- de reconnaître les stades de changement d'un patient,
- d'identifier et de réduire les résistances et réactances du patient,
- d'améliorer ses compétences relationnelles,
- d'utiliser des outils motivationnels, et
- d'être mieux à l'écoute des pensées dysfonctionnelles de leur patient.

## Méthodes

### Formation théorique :

- Cours ex-cathedra : *Les éléments théoriques sont abordés de manière suffisante pour aborder les parties pratiques.*

### Formation pratique :

- Recueil des besoins et/ou des cas cliniques : *Le formateur élabore cette formation en fonction du matériel clinique apporté par les participants.*
- Analyse des pratiques et des savoirs du groupe : *Le savoir, savoir-faire et savoir-être des participants par rapport à leur métier, leurs compétences et connaissances dans le domaine de la prise en charge du SAS sont pris en compte.*
- Mise en situation professionnelle et jeu de rôle : *Les outils et techniques sont directement mis en application au sein de la formation par le biais de jeux de rôle où les participants en positionnent soit en tant que patient soit en tant que soignant. La mise en perspective du rôle de patient favorise l'empathie et l'apprentissage de l'alliance thérapeutique. Des outils d'hétéro-évaluations aident et ciblent les apprentissages.*

## Supports

- Imprimés des diapositives power-point, des fiches de recommandation, des échelles psychométriques.
- Etude de cas et travail de groupe sur des cas pratiques.
- Projection power-point

## Continuité

Le programme est une initiation aux outils motivationnels et aux techniques cognitivo-comportementales. Un module d'entraînement, d'analyse de la pratique ou de supervision peut être mise en place dans un deuxième temps afin de maintenir les acquis des participants et de favoriser les bonnes pratiques professionnelles.

## Modalités d'évaluation de la formation

Méthodes utilisées pour mesurer l'évolution des compétences et des pratiques :

- Questionnaire des pratiques à compléter au fur et à mesure de la formation.
- Questionnaire de satisfaction à compléter à la fin du programme.

## Formateur



### Dr. Benjamin Putois

- Docteur ès Sciences Cognitives
- Enseignant-chercheur à la Formation Universitaire A Distance de Suisse
- Psychologue clinicien, comportementaliste, spécialiste de l'insomnie et de l'anxiété

# Plan de formation

Ce programme se compose de 6 séances de 3 heures. Ce format peut être modulé en fonction de possibilité calendaire des participants. Il est préférable que les séances soient espacées au moins de deux semaines dans le temps pour analyser les modifications des pratiques professionnelles.

En amont de chaque séance, un travail de préparation sera demandé aux participants qui devront soit rapporter des cas clinique, soit inventorier des observations cliniques soit s'entraîner aux différentes techniques apprises. Chaque module commence par une revue des entraînements.

## SAOS & PPC (I) : Comprendre son patient (3h)



### Objectifs de la formation

- Présentation et attentes des participants
- Objectifs pédagogiques
- Vos résistances et contraintes

### Quels indices de la non-observance et de l'observance ?

- Participer : Recueil des connaissances des participants
- Comprendre : Problème technique ou psychologique ?
- S'entraîner : Questionnaires de dépistage et mesure de suivi

### La condition nécessaire d'un rapport collaboratif

- Participer : Emotions et pensées influencent-elle vos pratiques ?
- Comprendre : L'intérêt de l'auto-observation
- S'entraîner : Règle et utilité du jeu de rôle
- S'entraîner : Jeux de rôle pour l'auto-observation
- Agir : Entraînement à l'auto-observation entre les séances

## SAOS & PPC (II) : Identifier les résistances (3h)



### SAS & comorbidité psychiatrique

- Comprendre : Psychopathologies fréquentes dans le SAS
- S'entraîner : identification et évaluation

### Rapport collaboratif

- Participer : Compliance, observance ou acceptation ? Débat.
- Comprendre : Définition et utilité du rapport collaboratif

### Réactances et résistance

- Participer : Analyse des expériences des participants
- Comprendre : Indices verbaux et non-verbaux
- S'entraîner : Jeux de rôle pour repérer les réactances et résistances
- Agir : Hétéro-observation entre les séances

### Réagir aux résistances

- Participer : Quel est votre style cognitif ?
- Comprendre : L'influence des pensées et des émotions sur le traitement par PPC
- S'entraîner : Jeux de rôle pour le désamorçage des résistances

### **SAOS & PPC (III) : Eviter les pièges relationnels (3h)**



#### **Tout pour casser une relation thérapeutique**

- Participer : Analyse des expériences des participants
- Comprendre : Les pièges relationnels
- S'entraîner : Jeux de rôle pour repérer les pièges relationnels
- Agir : Application entre les séances

#### **Le style relationnel**

- Participer : Réflexion sur deux cas de figure
- Comprendre : Les modes relationnels
- S'entraîner : Jeux de rôle pour se sortir d'impasse relationnelle
- Agir : Repérage entre les séances

#### **Les attitudes pour favoriser un bon relationnel**

- Participer : Brainstorming
- Comprendre : Les 4 attitudes de base
- S'entraîner : Jeux de rôle pour observer les attitudes de bases
- Agir : S'auto-évaluer entre les séances

### **SAOS & PPC (IV) : Etablir un rapport collaboratif (3h)**



#### **Techniques d'entretien**

- Participer : Comparaison entre un bon et un mauvais entretien
- Comprendre : Techniques d'entretien collaboratif
- S'entraîner : Jeux de rôle sur la technique d'écoute d'empathique
- Agir : Application de la méthode entre les séances

#### **Se focaliser sur le problème du patient**

- Comprendre : entendre son patient et lui montrer
- S'entraîner : Jeux de rôle sur l'entretien focalisé sur le problème du patient
- Agir : Application entre les séances

### **SAOS & PPC (V) : Entretien motivationnel (3h)**



#### **Stades de changement**

- Participer : Mise en évidence des différents stades
- Comprendre : La théorie du changement et son intérêt dans le traitement du SAS
- S'entraîner : Jeux de rôle pour repérer les stades de changement
- Agir : Hétéro-observation des stades entre les séances

#### **Motiver son patient en fonction de son stade**

- Comprendre : Technique d'entretien motivationnel
- S'entraîner : Jeux de rôle pour appliquer la techniques motivationnelles
- Agir : Application la méthode entre les séances

## SAOS & PPC (VI): Les pensées qui empêchent l'observance (3h)



### Pensées, SAOS et PPC

- Participer : Brainstorming sur les pensées des patients relatives à la PPC
- Comprendre : L'impact des cognitions sur les comportements
- S'entraîner : Jeux de rôle sur la restructuration cognitive
- Agir : Entraînement à la restructuration cognitive entre les séances

### Pensées et changement

- Participer : Analyse des observations des participants
- Comprendre : L'impact des cognitions sur les comportements
- S'entraîner : Exercice pour s'entraîner à la défusion cognitive
- Agir : Entraînement à la défusion cognitive entre les séances

### Vos valeurs et celle du patient

- Participer : Vos valeurs professionnelles fondamentales
- Comprendre : L'importance des valeurs dans le traitement d'une maladie chronique
- S'entraîner : Jeux de rôle pour mettre en évidence les valeurs de santé des patients SAS
- Agir : Application la méthode entre les séances

## SAOS & PPC (optionnel): Suivi et maintien des acquis (2h)



### Analyses de vos cas

- Participer : Chaque participant peut décrire un cas clinique
- Comprendre : Conceptualisation collective du cas
- S'entraîner : Jeux de rôle ou mise en situation clinique
- Résoudre : Préconisation collective pour chaque cas

### Analyses de pratique

- Participer : Chaque participant peut parler de dysfonctionnement au sein du travail d'équipe
- Comprendre : Ecoute de l'ensemble des avis et représentations du groupe
- S'entraîner : Jeux de rôle pour mettre en perspective le problème et mieux comprendre la situation
- Agir : Techniques de résolution de problème

### Entraînement aux techniques

- Participer : Chaque participant liste les compétences qu'il souhaite améliorer
- Comprendre : Choix collectif des techniques
- S'entraîner : Jeux de rôle pour s'entraîner aux techniques choisies
- Agir : Application la méthode entre les séances

## Contact

Association nationale de PROMotion des connaissances sur le SOMmeil - PROSOM  
292 rue Vendôme. 69003 Lyon. Téléphone:04 78 42 10 77  
E-mail: prosom@wanadoo.fr <http://www.prosom.org>