

# **Atelier : la confiance**

# Contexte

<b>Identité patient</b>	<b>M. [REDACTED] vu le 26/11/2015</b>
Anamnèse	Patient de 76 ans, 1 <sup>ère</sup> crise en 1970, goutte tophacée, valvulopathie opéré, insuffisance cardiaque suivi, gonarthrose bilatérale stade prothèse, ulcère gastrique en septembre 2015 avec grosse crise de goutte au décours de l'hospitalisation. Notion de fistulisation d'un tophus à la MTP 3 G amputé
Diagnostic éducatif	<p>Traitements : actuellement sous colchicine 0.5mg/j + <u>adenuvic</u> 80mg/j + <u>cortancyl</u> 30mg si crise. <b>Ne crois pas trop aux traitements, discours contradictoire des différents intervenants de la prise en charge</b></p> <p>« <b>En guerre</b> » contre la colchicine car diarrhées +++</p> <p>« <b>J'ai jeté les cachets de colchicine le mois derniers</b> »</p> <p>Qualité de vie : retraité passionné par les moteurs et la philosophie, anciennement très actif (chef d'entreprise)</p> <p>Prise en charge : <b>relations houleuses avec certains soignants, MT = femme, conseil médicaux = ami urgentiste</b></p> <p>ALIMENTATION : croyances aliments +++, <b>ne sait plus comment distinguer le vrai du faux auprès de ses proches et sur internet</b></p>

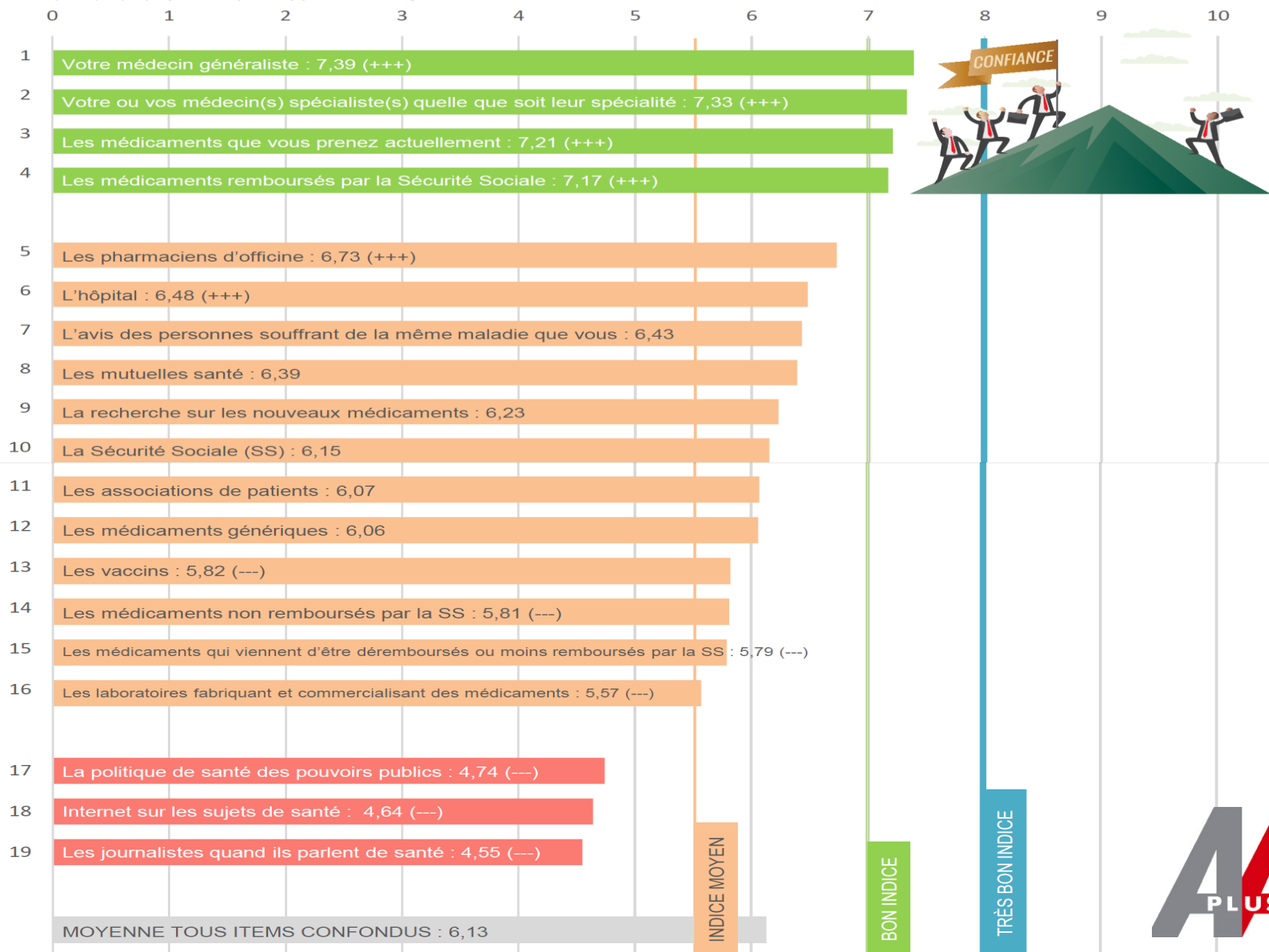
INDICE FAIBLE

INDICE MOYEN

BON INDICE

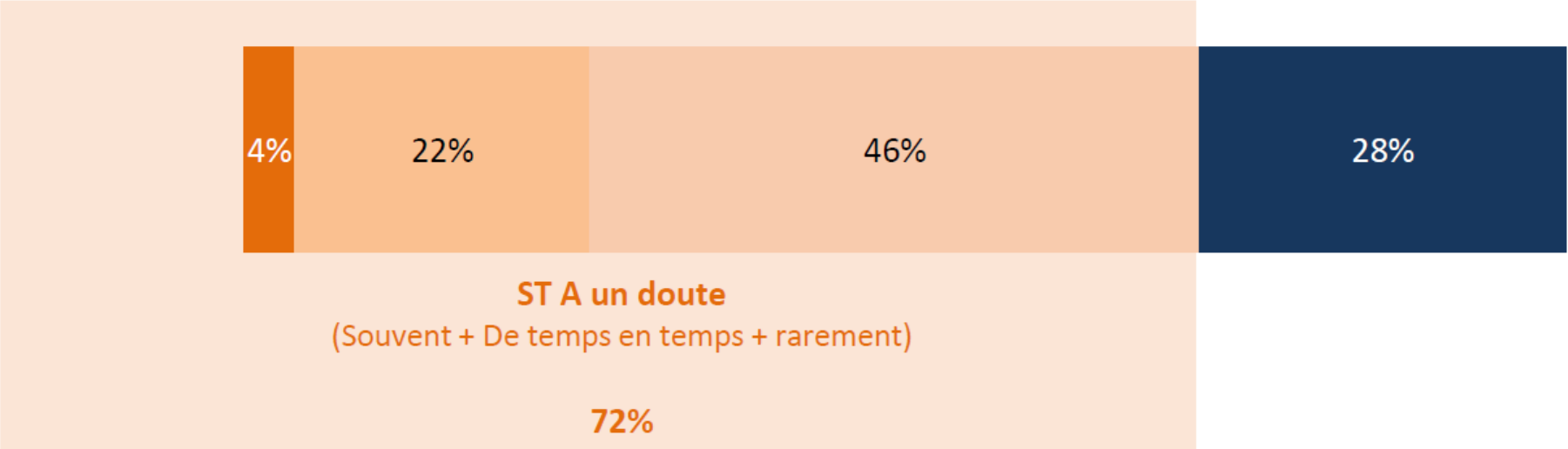
TRÈS BON INDICE

(+++) / (---) : p=0,01 par rapport à la moyenne de 6,13

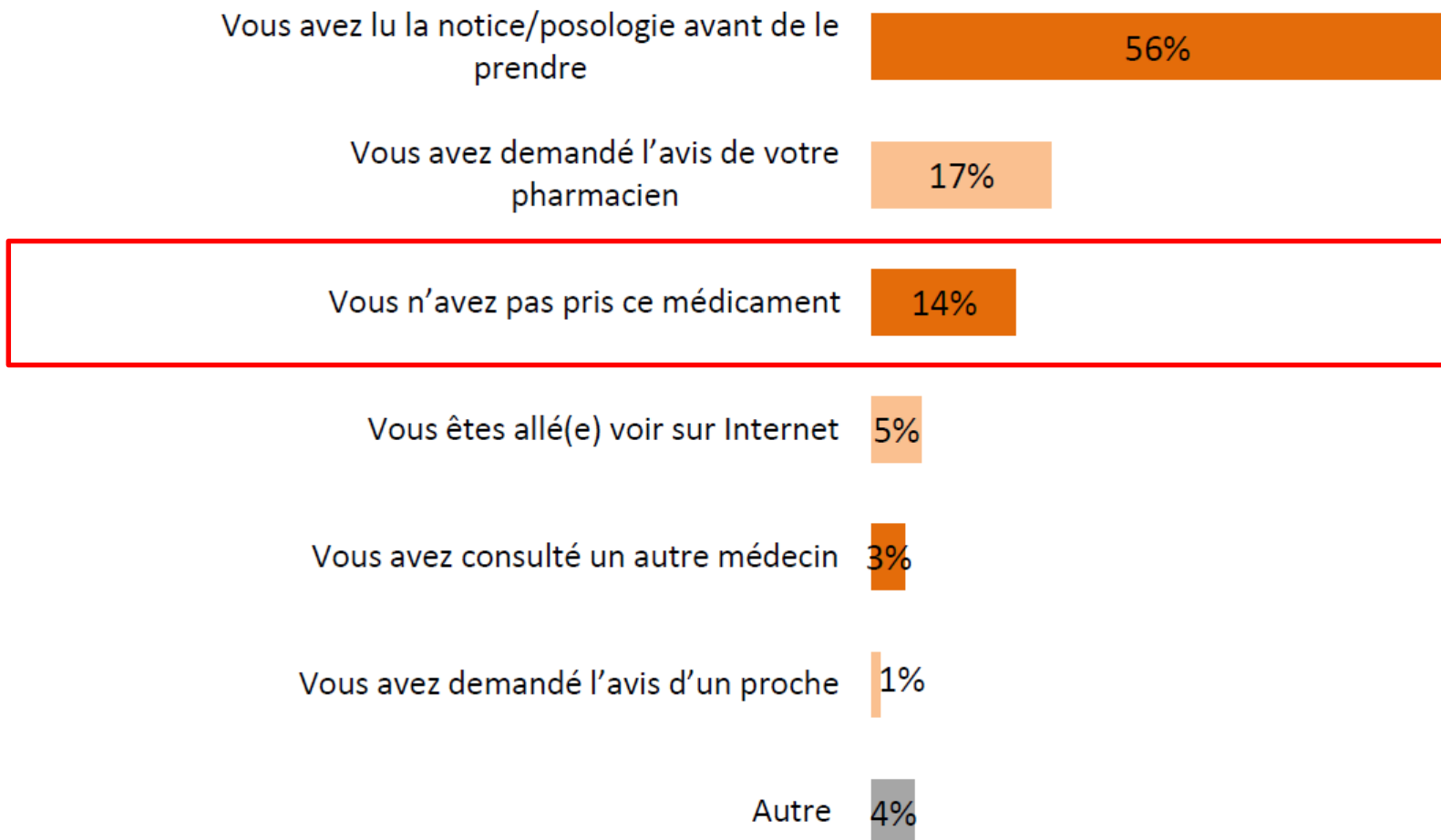


*Vous est-il arrivé d'avoir un doute sur les médicaments prescrits par un médecin ?*

■ Souvent      ■ De temps en temps      ■ Rarement      ■ Jamais



Si oui, qu'avez-vous fait ?



Base : a déjà eu un doute sur les médicaments du médecin

# Définitions

- Assurance, courage qui vient de la conscience qu'on a de sa valeur, de sa chance  
→ CONFIANCE EN SOI (estime de soi)
- Sentiment de quelqu'un qui se fie entièrement à quelqu'un d'autre, à quelque chose  
→ CONFIANCE AUX AUTRES (échange, relation)

# Confiance en soi

- *« Je manque de confiance »*  
*« J'ai confiance en moi »*  
*« J'ai fait le plein de confiance »*  
*« Mon capital confiance »*
  - A l'intérieur de soi
  - Ressenti/sentiment : impalpable
  - Modulable

# Confiance en soi

- Comment améliorer la confiance en soi ?  
RAPPEL : Assurance, courage qui vient de la conscience qu'on a de sa valeur, de sa chance
- 1. Apport des sentiments qui augmentent la confiance en soi via les contrôles inconscients : sécurité, courage, fierté, volonté, etc.
- 2. Apprentissage des nouveaux ressentis



# Confiance aux autres

- *« Il a abusé ma confiance »*  
*« Je lui ai accordé ma confiance »*  
*« j'ai gagné / perdu sa confiance »*  
*« J'ai une confiance aveugle en lui »*
  - Vers l'extérieur : échange, notion de relation à quelque chose
  - Presque palpable car on peut la donner, la reprendre = notion de contrôle/maîtrise possible

# Confiance aux autres

- Comment améliorer la confiance aux autres ?  
RAPPEL : Sentiment de quelqu'un qui se fie entièrement à quelqu'un d'autre, à quelque chose
1. Evaluations subjectives
  2. Recadrages via thérapies orientées solution

# TOS

- Concept = Steve De Shazer - Solutionniste vs résolution de problème
- 3 principes simples :
  1. Ne réparez pas ce qui n'est pas cassé
  2. Si quelque chose fonctionne, refaites-le
  3. Si ça ne fonctionne pas, faites autre chose

## Scores de confiance - Evaluation

Type de relation	Cochez si non applicable	Quand il s'agit de soigner ..... quelle confiance accordez-vous aux personnes suivantes "dans son champ de compétence" <b>0 = aucune confiance ; 10 = confiance totale</b>
votre médecin traitant	<input type="checkbox"/>	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
votre "spécialiste" .....	<input type="checkbox"/>	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
votre pharmacien	<input type="checkbox"/>	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
votre infirmière	<input type="checkbox"/>	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
votre laboratoire d'analyse médicale	<input type="checkbox"/>	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
votre kinésithérapeute	<input type="checkbox"/>	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
vos traitements contre .....	<input type="checkbox"/>	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
la personne qui vous est la plus proche	<input type="checkbox"/>	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
vous-même	<input type="checkbox"/>	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Définition \_\_\_\_\_

Nom des zones \_\_\_\_\_

# Remplissage du questionnaire

1. Faites compléter le tableau.
2. Demandez une définition d'une relation de confiance.  
Important : réutilisez les mots de la personne.
3. Faire faire une échelle de valeurs analogiques (EVA) : « *Si 0 correspond à aucune 'répétez la définition', et 10 le maximum de 'répétez la définition', pouvez-vous me dire quelle est la zone dans laquelle vous vous sentez confiant dans la relation ? C'est-à-dire la zone dans laquelle il est important pour vous de vous situer ? Par exemple, certaines personnes considèrent que 7 à 10 est leur zone de confiance.*
4. Séparez les zones indiquées par la personne, demandez-lui de les nommer si elle le souhaite.
5. Procédez au recadrage.

# Méthode 1 : Comparaison temporelle

- Comparez la relation actuelle avec une relation passée ou future : Lorsqu'une personne considère que la relation est inappropriée (ou délétère ou dangereuse), on peut lui demander de nous décrire ce que serait pour elle une relation favorable dans le futur, puis lui demander quel serait le ou les changements à effectuer pour y arriver. Une variante consiste à demander si par le passé, elle a déjà connu une relation favorable puis lui demander quels étaient les éléments qui permettaient de l'obtenir.

# Méthode 2 : Comparaison interne

- Comparez deux types de relation chez la même personne en lui demandant de vous décrire la ou les raisons pour lesquelles elle a considéré un type de relation plus favorable qu'une autre, puis demandez-lui quels seraient les moyens à mettre en œuvre pour qu'elle vive une relation favorable dans les deux cas.

# Méthode 3 : Comparaison fractionnée

- Comparez la relation actuelle à une relation « intermédiaire » qui sera ensuite comparée à la relation souhaitée. Si la relation est inappropriée, on peut demander dans un premier temps à la personne de nous décrire une relation neutre. Puis en considérant la nouvelle relation, lui demander d'imaginer la relation favorable. Une variante consiste à considérer les valeurs : si l'objectif est de gagner 2 points pour passer d'une relation inappropriée à une relation plus favorable, on peut demander dans un premier temps à la personne de nous décrire la relation avec 1 point supplémentaire, puis en considérant la nouvelle relation, lui demander d'imaginer la relation avec encore 1 point supplémentaire.



# Méthode 4 : Comparaison externe

- Comparez un seul type de relation dont les valeurs s'opposent chez deux personnes différentes. Lorsqu'une personne « cible » considère sa relation actuelle comme inappropriée et qu'une autre personne « support » considère sa relation actuelle plus favorable pour un même type de relation, demandez au patient support de raconter sa relation, puis demander au patient cible comment pourrait-il adapter sa situation pour vivre le même type de relation. Cette méthode à l'avantage de tenir compte du vécu et de l'expérience d'une ou plusieurs personnes supports ayant déjà atteint l'objectif.

# Citations

- “L'expérience prouve que celui qui n'a jamais confiance en personne ne sera jamais déçu.”

*Léonard de Vinci*

- “Confiance : sentiment par lequel les salauds nous trompent et grâce auquel nous trompons les gogos.”

*Georges Elgozy, L'esprit des mots*

# Citations

- “Mieux vaut ne pas trop penser. Se reposer davantage sur le corps : il est plus digne de confiance.”

*Woody Allen, Destins tordus*

- “ Je ne demande pas de prières avec votre confiance seulement, je serai heureux.”

*Artur Rimbaud, Une saison en enfer*