

FICHE RÉCAPITULATIVE DU PROGRAMME D'ETP

Auprès des patients atteints de cancer

Thème	Vivre avec sa maladie, ses répercussions et les gérer
Compétence	Gérer les répercussions de la maladie et des traitements par des moyens thérapeutiques spécifiques
I. SÉANCE COLLECTIVE	
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">· Connaître les répercussions possibles du cancer et les comprendre· Comprendre ce qu'est la méditation de pleine conscience· Connaître les enjeux de cette pratique et ses potentiels effets
Pratique	<p>1. Temps d'échange, et de réflexion :</p> <p>« Proposer deux mots qui vous viennent à l'esprit lorsque je vous évoque les possibles répercussions du cancer, que vous avez peut-être déjà rencontrés ».</p> <p>→ Classement des mots dans un tableau : répercussions physiques/répercussions psychiques</p> <p>2. Proposition d'un moyen thérapeutique : la méditation de pleine conscience (Apport théorique)</p> <p>3. Mise en pratique par la méditation du grain de raisin</p>
II. 8 SÉANCES COLLECTIVES - PROGRAMME MBSR (facultatif)	
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">· Gestion des répercussions du cancer de manière formelle· Prendre soin de soi· Améliorer sa qualité de vie et retrouver un équilibre occupationnel satisfaisant
Pratique	<p>1. Introduction par un temps d'échange (ressentis, appréhensions)</p> <p>2. Explication des exercices de la séance</p> <p>3. Temps d'échange de fin de séance</p>
III. SÉANCES INDIVIDUELLES (nombre en fonction des besoins du patient)	
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">· Prendre soin de soi· Approfondir la gestion des répercussions de manière informelle,· Transposer et adapter la pratique méditative dans le quotidien
Pratique	<p>1. Temps d'échange (sur les besoins, attentes, objectifs dans le quotidien du patient)</p> <p>2. Mise en place d'un planning de la semaine</p> <p>Classement des activités problématiques et des activités satisfaisantes</p> <p>3. Choix d'une activité problématique avec mise en pratique de la méditation de pleine conscience</p>