

## Pourquoi les définir ?

Afin de déterminer ce que le patient doit être capable de faire, savoir et gérer, en fonction de ses besoins mais aussi de ses demandes. Les objectifs se basent sur les compétences et connaissances que le patient possède et doit acquérir. Ils lui permettent de :

- › Comprendre tous les aspects de sa maladie chronique
- › Réduire les symptômes
- › Eviter les complications
- › Augmenter l'autonomie
- › Pour au final, améliorer la qualité de vie

## Qui les définit ?

Le médecin prescripteur ... mais aussi tous les autres prestataires, en fonction de leur domaine de compétences : les objectifs doivent être définis afin que, combinés, ils permettent d'améliorer l'évolution de la maladie chronique et de réduire son impact sur la qualité de vie du patient.

## Quand les définir ?

En fonction de la situation du patient : Est-il prêt à s'engager dans un changement ? (*Schéma de Prochaska et Di Clemente*)

1. Le patient ne se sent pas concerné par le problème => **conscientiser**
2. Le patient se sent concerné par le problème => **motiver au changement**
3. Le patient est décidé à changer => **amorcer le changement**
4. Le patient est dans l'action => **maintenir la motivation**
5. Le patient est dans une phase de maintien des objectifs => **motiver à poursuivre**
6. Le patient se démotive (rechute) => **comprendre pourquoi et remotiver**

## Comment les définir ?

- › En partant du patient et de son entourage : le diagnostic éducatif
  - ⇒ **Comprendre le patient** : ses besoins, ses valeurs, ses ressources, ses projets de vie, ses représentations, son rapport à la maladie et au traitement, ses mécanismes de défense.
  - ⇒ **Identifier les éventuels obstacles** pouvant être rencontrés : représentations sociales, valeurs, peurs, etc.
- › En développant un plan d'action (fil rouge)
- › En définissant une hiérarchie et une priorité
- › En se basant sur des critères précis :
  - ⇒ Datés et planifiés => **Échéance**
  - ⇒ Chiffrés et basés sur l'action => **Mesurables**
  - ⇒ Individuels, cohérents et réalistes => **Ancrés dans les habitudes**
  - ⇒ Formulés avec des termes positifs => **Stimulants**
- › En avançant par « micro-objectifs » : motiver
  - ⇒ Les petites étapes sont plus faciles à réaliser ;
  - ⇒ Les résultats sont visibles plus rapidement.

Les objectifs entrent dans le **projet de soin**, qui nécessite :

- › D'impliquer tous les professionnels qui accompagnent la personne
- › De placer le patient au centre du projet
- › De négocier chaque objectif avec le patient, et ses proches, afin qu'il(s) y adhère(nt)
- › De revoir régulièrement les acquis

## Ressources : pour en savoir plus...

- G. THOMAS, « L'éducation du patient. Structuration, organisation et développement », Soins infirmiers –la pratique, 2003.
- P. TATE, « Soigner (aussi) sa communication », Ed. de boeck, 2005.
- A. GOLAY, G. LAGGER, A. GIORDAN, « Comment motiver le patient à changer », Ed. Maloine, 2009.
- Centre d'Éducation du patient : [www.educationdupatient.be](http://www.educationdupatient.be)
- Université Catholique de Louvain, service de documentation RESOdoc : [www.uclouvain.be/32523.html](http://www.uclouvain.be/32523.html)