



A PROPOS DES C.E.T.

Nous arrivons au terme de cette première année du centre d'éducation thérapeutique d'Ile de France.

Une centaine d'enfants, adolescents et parents ont participé à des groupes d'éducation ou à des groupes d'échanges d'expériences



**Attention!
Inscrivez-vous
maintenant.**



**Téléphonez à
Isabelle
Castellnou
à l'AJD :
01-44-16-72-63**

Les enfants se retrouvent avec plaisir et attendent ces rencontres avec impatience. Les échanges sont toujours très riches et chacun montre l'envie de raconter son expérience. L'avantage d'un petit nombre d'enfants permet aux animateurs d'inciter les plus timides à s'exprimer et si nécessaire à privilégier une relation individuelle. Les plus bavards encouragent les autres à s'extérioriser dès qu'ils se rendent compte que les animateurs ne portent pas de jugement sur les situations racontées.

Chaque séquence est construite sur un thème précis avec des activités ludiques adaptées à l'âge. Les outils pédagogiques utilisés sont soigneusement choisis afin d'adapter les apprentissages au niveau de développement psycho-affectif.

Ainsi ce sont les jeux d'imitation, les histoires à raconter ou à écouter, les jeux de rôle, les coloriages... qui sont privilégiés pour permettre l'expression des émotions et le passage de connaissances. Le groupe évolue au fur et à mesure des rencontres avec une participation de plus en plus active de chacun. Une relation de confiance s'instaure petit à petit.

La séparation lors de la dernière séance est toujours marquée par une certaine émotion.

Très assidus, les parents et les adolescents construisent au fur et à mesure des réunions des relations de confiance leur permettant de s'exprimer librement sur des sujets personnels liés au diabète et sur des questions relatives au traitement.

D'emblée, l'écoute et la compréhension s'inscrivent comme critères d'échange pour laisser émerger entre tous des réponses ou des ébauches de réponse aux questions posées.

Les adolescents et les parents travaillent simultanément dans des groupes séparés.

La vie de chaque groupe est fonction des histoires personnelles des participants ; cependant les problématiques vis-à-vis du diabète et de son traitement sont communes.

Le travail se centre sur la façon dont chacun ressent les difficultés et sur les différentes manières d'aborder les solutions.

La découverte du diabète, le choc affectif et l'arrivée des grandes inquiétudes, est un sujet d'échanges incontournable. Le groupe rassure car le travail qu'il réalise valide l'intensité des émotions que chacun a ressenties au début de la maladie. « On n'est plus seul à vivre certaines craintes, certaines tensions... ».

Les doutes face à la capacité à gérer et à équilibrer les glycémies sont exprimés pour pouvoir mieux les comprendre. Chacun prend conscience des objectifs trop lourds qu'il s'est fixé, comme vouloir donner des explications à toutes les glycémies, vouloir y trouver les solutions, entraînant ainsi dans des conduites de soin parfois obsédantes.

Dans les groupes, les échanges aident à envisager de nouvelles attitudes pour faciliter le « lâcher-prise », et éviter l'envahissement de la famille par le traitement.

L'encadrement des animateurs (médecins, infirmière, diététiciennes, psychologues) vise (ou est destiné) à faciliter ce changement progressif dans les attitudes.

Pouvoir donner un sens et trouver les mots justes sur des émotions depuis longtemps installées, soulage chaque personne



car cela lui permet de mieux comprendre. Ecouter d'autres récits de vécus quotidiens avec le diabète ôte les doutes, donne le sentiment d'être compris et soutenu.

Adolescents et parents dédramatisent l'agressivité des injections et la force des contraintes alimentaires, et ils replacent les gestes et les comportements de soin dans des projets quotidiens de bonne santé.

Communiquer entre parents et adolescents n'est pas toujours une chose simple et cela ne fait pas exception à propos du diabète. Les séances permettent de prendre conscience de la différence d'interprétation et de représentation que chacun peut avoir du diabète. La compréhension de l'équilibre glycémique et des techniques de soin, l'image du corps... sont différentes selon les individus, la date d'apparition de la maladie... Au sein de la famille, il est important d'être attentif à ce décalage dans l'approche et le vécu du traitement, et cette remise en phase entre parents et adolescents facilite la communication et le partage des rôles dans le traitement.

Au cours de ces rencontres, parents, enfants et adolescents prennent plaisir à se retrouver pour recevoir une éducation au diabète et élaborer ensemble une vraie réflexion, qui aboutiront à un traitement plus facile tant sur le plan technique que sur le plan psychologique.

L'équipe du C.E.T.