

La version que vous consultez n'est pas définitive. Cette fiche d'activité peut encore faire l'objet de modifications. La version finale sera disponible le 1er juin.

2.00 crédits

12.0 h

Langue d'enseignement	Français
Lieu du cours	Bruxelles Woluwe
Acquis d'apprentissage	

Modes d'évaluation des acquis des étudiants

**Acquis d'apprentissage**

A la fin de cette unité d'enseignement, l'étudiant est capable de :

**Module "Aide à la décision Ethique" :**

- Découvrir de manière participative une démarche d'aide à la décision éthique structurée en 4 temps ;
- Développer une argumentation éthique, en précisant les questions qui se posent ainsi que les valeurs mises en tension dans les situations complexes ;
- Expliciter un choix et rendre compte de la décision proposée, dans un dialogue avec le patient, les proches, les autres soignants.

**Module "Pleine Conscience" :**

- Améliorer la régulation des émotions :
  - Meilleures conscience et reconnaissance de ses émotions
  - Meilleur contrôle de son impulsivité
  - Moins de rumination mentale dysfonctionnelle (abstraite et analytique) et plus de rumination constructive (concrète et basée sur l'expérience du moment)
  - Moins d'évitement de ses émotions aversives (pensées pénibles, sensations désagréables, sentiments déplaisants)
- Augmenter la tolérance de la détresse psychologique (stress, anxiété...)
- Réduire la sévérité de la dépression et prévenir des rechutes
- Améliorer certaines capacités mentales :
  - Meilleure attention
  - Meilleure inhibition des automatismes
  - Meilleure flexibilité cognitive (créativité verbale, changement de focus attentionnel, décentration de ses pensées)
  - Meilleure perception de ses sensations corporelles
- S'engager dans des actions en lien avec ses valeurs :
  - buts fondamentaux, rôles, besoins psychologiques

**Module « BALINT » :**

- Communiquer de manière consciente, constructive et respectueuse dans les situations cliniques proposées
- Développer une intelligence émotionnelle dans ces mêmes situations
- Respecter ses propres limites et celles du patient
- Développer une posture de réflexivité (se prendre pour objet de sa réflexion) afin :

- o de garder son enthousiasme intact
- o de conserver une ouverture d'esprit suffisante
- o d'améliorer continuellement sa pratique

**Module « Accompagner une personne en deuil » :**

- Etre attentif aux différents éléments qui font partie d'un processus de deuil
- Repérer les deuils complexes ainsi que les mécanismes qui peuvent se mettre en place pour éviter la confrontation à la perte
- Développer une écoute qui permette à un deuil de participer à une démarche de transformation de soi
- Utiliser la réflexion sur nos propres façons de vivre une perte afin de s'équiper au mieux pour accompagner des personnes en deuil

**Module « Prendre soin de l'autre, prendre soin de soi » :**

- Développer sa capacité à s'offrir des temps de retrait, de réflexion et de réflexivité
- Expérimenter la capacité à se mettre à l'écoute de soi-même et de la nature afin de se rendre disponible à l'écoute de l'autre et des autres
- Poser un regard neuf sur des habitudes, des croyances, des difficultés relationnelles, des problèmes qui se répètent, des questions sans réponse, ...
- S'initier aux métaphores et à leur utilisation dans le soin
- Soutenir la recherche d'intériorité qui est au cœur de chaque être

**Mode d'évaluation**

Evaluation selon les modalités précisées à la fiche descriptive de chaque module :

- Examen écrit et/ou oral

Et/ou

- Réalisation d'un travail (rédaction d'un texte ou d'un portfolio) selon le module

Et/ou

- Présence et participation validantes

Les modalités de session et de seconde session seront mentionnées dans les fiches descriptives de chaque module.

<p>Contenu</p>	<p>Le contenu de chaque module est détaillé sur l'application Moodle correspondante au début de l'année académique.</p> <p><b>Thèmes abordés :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Module « Atelier d'aide à la décision Ethique »</b> : Développer une démarche d'aide à la décision éthique dans des situations difficiles (ateliers GIRAFE)</li> <li>• <b>Module « Pleine Conscience »</b> : S'initier à la pleine conscience, manière d'être en contact avec sa propre expérience (ce que nous percevons avec les 5 sens, nos sensations corporelles, nos pensées).</li> <li>• <b>Module « Balint »</b> : retrouver l'espace de la relation</li> <li>• <b>Module « Prendre Soins de l'autre, prendre Soins de soi »</b> : découvrir différentes ressources qui permettent à chacun d'approfondir son cheminement personnel afin de mieux prendre soin des patients dans leur globalité</li> <li>• <b>Module « Accompagner le Deuil »</b> : apprendre à développer une présence juste dans l'accompagnement des personnes qui souffrent d'un deuil</li> </ul>
<p>Ressources en ligne</p>	<p>Diapositives postées sur Moodle.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Module « Ethique » : <a href="https://ressort.hers.be/pole-ethique/boite-a-outils-de-l-ethique.html">https://ressort.hers.be/pole-ethique/boite-a-outils-de-l-ethique.html</a></li> <li>• Module « Pleine Conscience » : <a href="https://mindfulness.cps-emotions.be/materiel-adulte.php">https://mindfulness.cps-emotions.be/materiel-adulte.php</a></li> <li>• Module « Balint » : <a href="https://balint.be">https://balint.be</a></li> </ul>
<p>Bibliographie</p>	<p><b>Module 1 « Ethique »</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'éthique en chemin. Démarche et créativité pour les soignants, C. bolly et V. Grandjean, Weyrich, 2004</li> </ul> <p><b>Module 2 « Pleine Conscience »</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Au coeur de la tourmente, la pleine conscience, Jon Kabat-Zinn, De Boeck Supérieur, 2014 (cycle MBSR)</li> <li>• La thérapie cognitive basée sur la pleine conscience pour la dépression, Z. Segal, M. Williams, J. Teasdale, De Boeck Supérieur, 2006 (cycle MBCT)</li> </ul>
<p>Faculté ou entité en charge:</p>	<p>MED</p>

<b>Programmes / formations proposant cette unité d'enseignement (UE)</b>				
Intitulé du programme	Sigle	Crédits	Prérequis	Acquis d'apprentissage
Master de spécialisation en médecine générale	MG2MC	2		