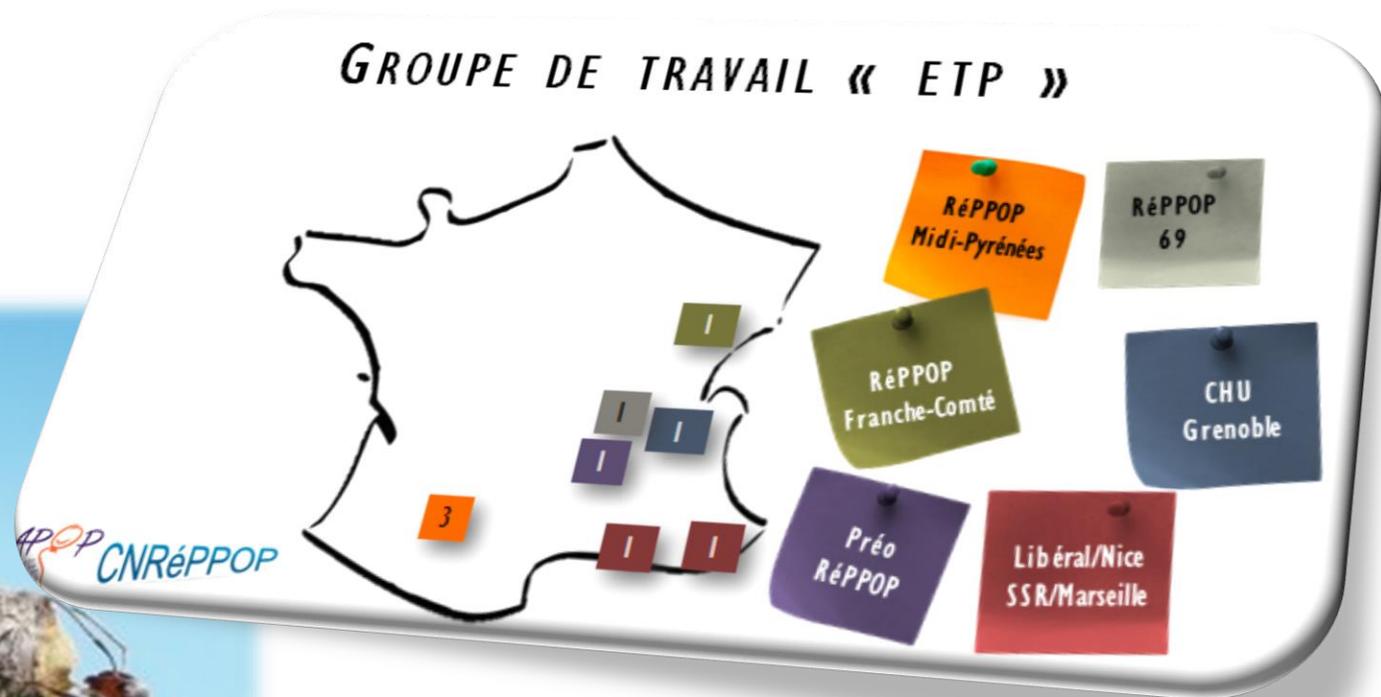


UN AN APRÈS...



...DEPUIS 2014

? ? ? ? ?

REMUE MENAGE DANS LE GRIGNOTAGE

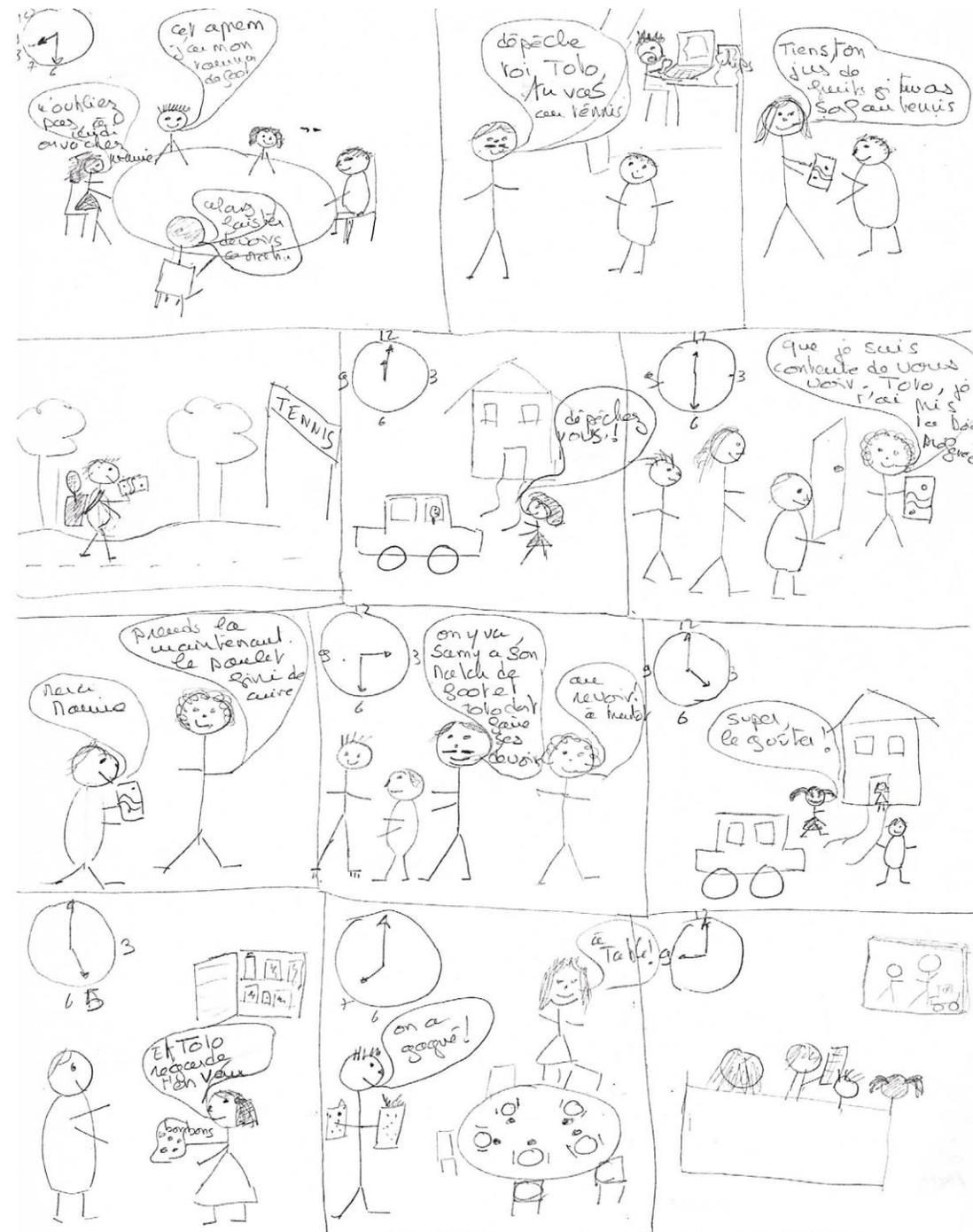


AVANT / APRÈS...



Bande Dessinée

- repérer les situations de grignotage au sein d'une famille
- s'accorder sur une définition du grignotage entre parents, enfant et soignant



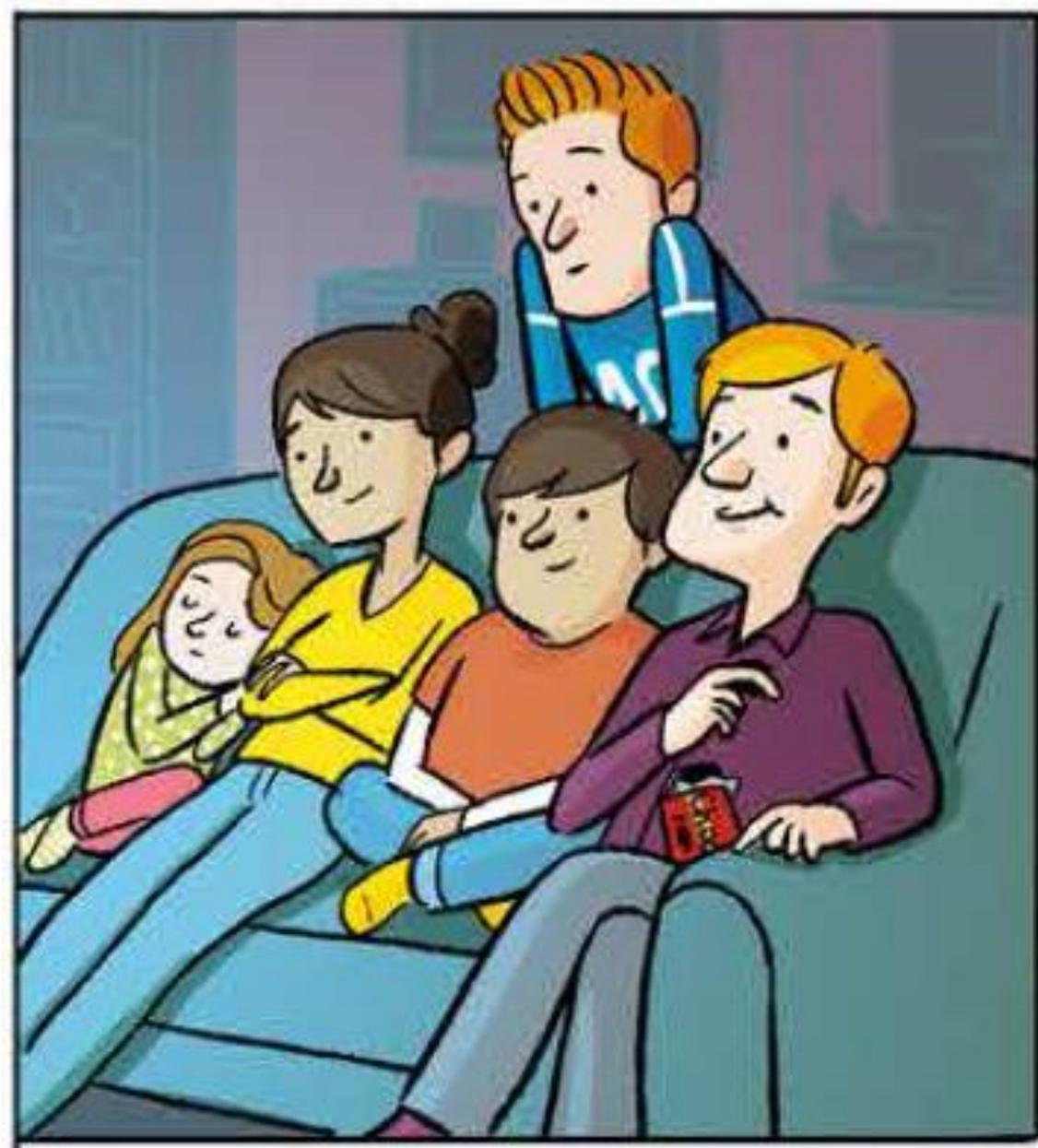
La journée de Tim



Bande Dessinée

- repérer les situations de grignotage au sein d'une famille
- s'accorder sur une définition du grignotage entre parents, enfant et soignant





La journée de Tim



Présentation d'une BD à l'enfant et son parent, illustrant diverses situations dont certaines de grignotage

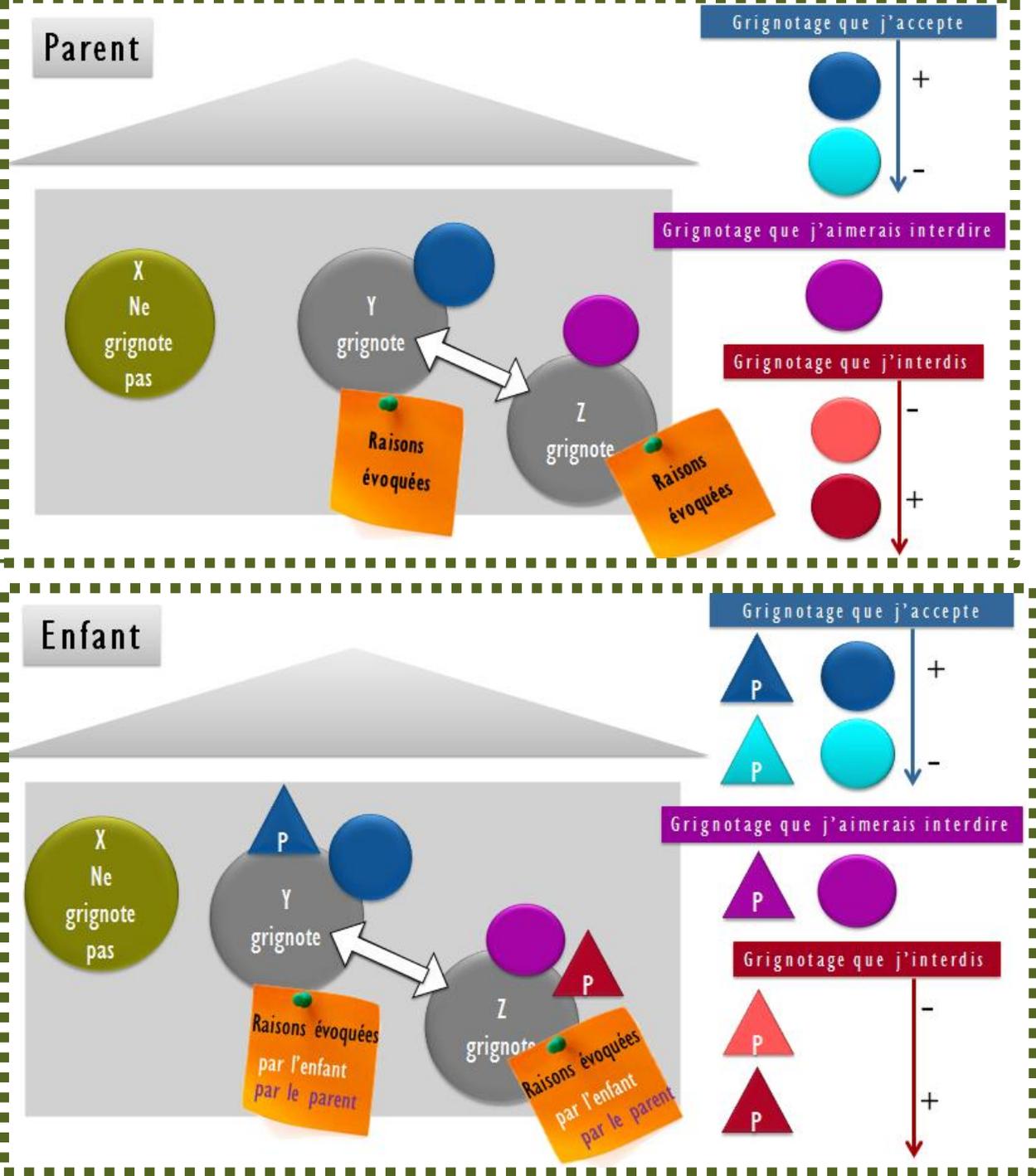
Réflexion individuelle et sélection des cases illustrant pour chacun les situations de grignotage.

Explication de chacune des situations repérées dans l'histoire par l'enfant, le parent, le soignant

Famille (enfant et parents) et soignant s'accordent ensuite sur une définition commune du grignotage

LA CASA GRIGRI

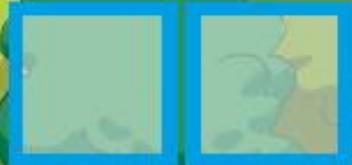
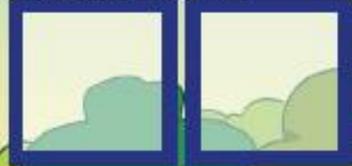
- Appréhender l'impact du grignotage familial sur celui de l'enfant
- Prendre conscience du regard que l'enfant porte sur son grignotage, celui des différents membres de sa famille, de la vision que ses parents lui renvoient vis-à-vis des grignotages et des effets induits.
- Permettre à l'enfant de s'autoriser à parler de son grignotage avec ses parents.



La cabane à GriGri



GRIGNOTAGE QUE J'ACCEPTÉ



GRIGNOTAGE QUE J'AIMERAIS INTERDIRE



GRIGNOTAGE INTERDIT



LA CABANE À GRIGRI

- Appréhender l'impact du grignotage familial sur celui de l'enfant
- Prendre conscience du regard que l'enfant porte sur son grignotage, celui des différents membres de sa famille, de la vision que ses parents lui renvoient vis-à-vis des grignotages et des effets induits.
- Permettre à l'enfant de s'autoriser à parler de son grignotage avec ses parents.



FICHES DE SYNTHÈSE



Séquence 1 - Définition commune du grignotage (BD)

Séquence 2

Identité des personnes qui grignent	Case à cocher si influence sur l'enfant	Niveau de tolérance (case à cocher)					Raisons évoquées pour justifier ce choix
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Cabane parent							
Vécu supposé de l'enfant							

Identité des personnes qui grignent	Case à cocher si influence sur l'enfant	Niveau de tolérance (case à cocher)					Raisons évoquées pour justifier ce choix	
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Cabane enfant		Selon l'enfant						
		Selon le parent						
		Selon l'enfant						
		Selon le parent						
		Selon l'enfant						
		Selon le parent						
		Selon l'enfant						
		Selon le parent						
		Selon l'enfant						
		Selon le parent						
	Vécu de l'enfant quant à l'éventuelle différence faite avec son entourage.							

CARTE D'IDENTITÉ DU GRIGNOTEUR

Aider l'enfant et sa famille à trouver des alternatives au grignotage

- Définir son profil de grignoteur en vue d'élaborer des stratégies
- Définir le rôle des parents dans la mise en œuvre de ces stratégies



ÉTAPE 3



Grignot' Story

JE GRIGNOTE
QUAND....

CE QUE JE PEUX FAIRE
POUR CHANGER

CE QUE LES AUTRES
PEUVENT FAIRE
POUR M'AIDER

JE PEUX LE FAIRE
TRÈS FACILEMENT
ET DÈS MAINTENANT

IL PEUT LE FAIRE
TRÈS FACILEMENT
ET DÈS MAINTENANT

ENVIE D'AGIR

JE N'ARRIVERAI
PAS À LE FAIRE

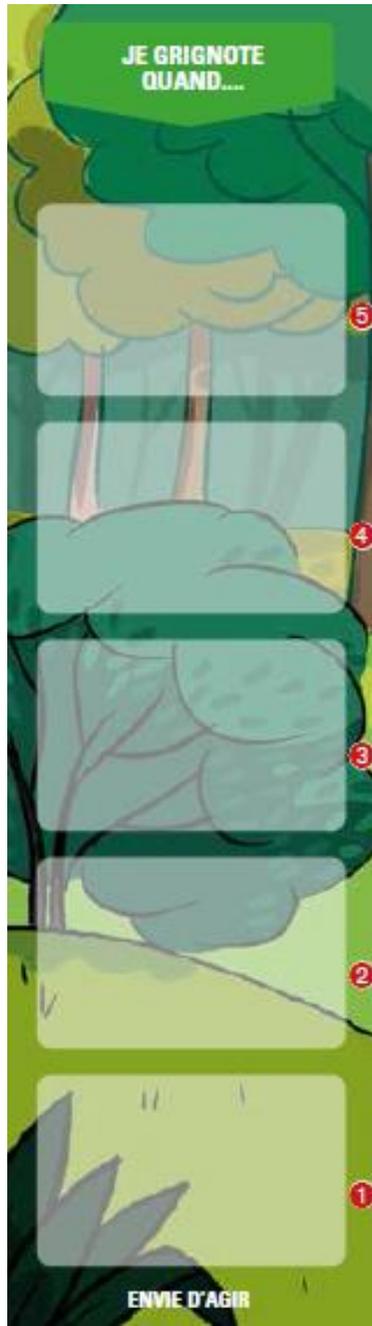
IL N'ARRIVERA
PAS À LE FAIRE

GRIGNOT' STORY

Aider l'enfant et sa famille à trouver des alternatives au grignotage

- Définir son profil de grignoteur en vue d'élaborer des stratégies
- Définir le rôle des parents dans la mise en œuvre de ces stratégies





14 Cartes situations

- Présélection / les plus fréquentes
- /qui expliquent le plus sa prise de poids
- Score envie d'agir

JE GRIGNOTE
QUAND....

7

Je suis devant un écran
(TV, ordinateur, tablette...)

5

2

Je m'ennuie

4

4

Quelqu'un de ma famille
mange devant moi

2

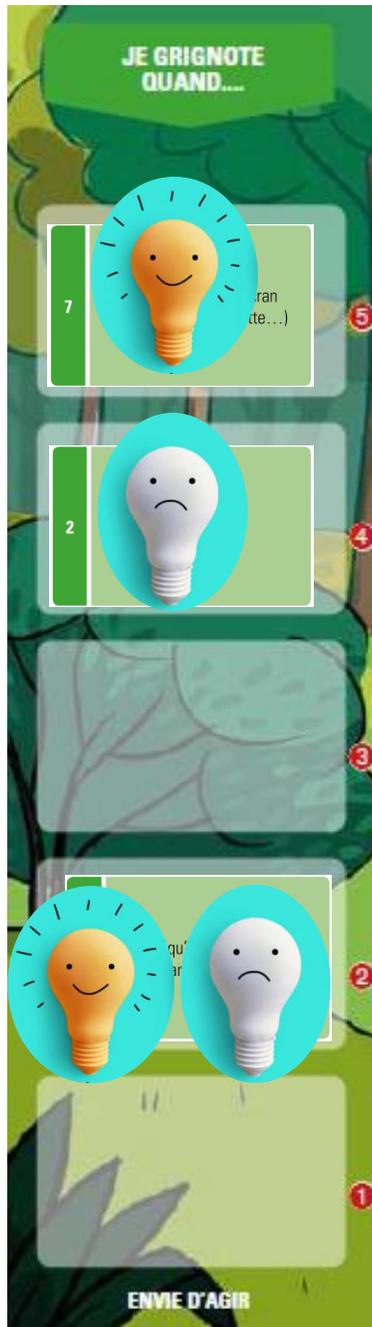
1

ENVIE D'AGIR

Score envie d'agir > 3



ETAPE 3



Cartes/jetons + et -

- “-”, s’il ressent alors des regrets, de la culpabilité, de la déception
- “+”, s’il ressent de l’apaisement et/ou un certain mieux être

Grignot' Story

JE GRIGNOTE QUAND....

CE QUE JE PEUX FAIRE POUR CHANGER

CE QUE LES AUTRES PEUVENT FAIRE POUR M'AIDER

7 Je suis devant un écran (TV, ordinateur, tablette...)

1 Trouver des occupations qui plaisent

2 Je m'ennuie

4 Solliciter l'aide de son entourage

4 Quelqu'un de ma famille mange devant moi

ENVIE D'AGIR

JE PEUX LE FAIRE TRÈS FACILEMENT ET DÈS MAINTENANT

IL PEUT LE FAIRE TRÈS FACILEMENT ET DÈS MAINTENANT

JE N'ARRIVERAI PAS À LE FAIRE

IL N'ARRIVERA PAS À LE FAIRE

8 Cartes stratégies enfant



ÉTAPE 3

Grignot' Story

JE GRIGNOTE QUAND....

CE QUE JE PEUX FAIRE POUR CHANGER

CE QUE LES AUTRES PEUVENT FAIRE POUR M'AIDER

7 Je suis devant un écran (TV, ordinateur, tablette...)

1 Trouver des occupations qui plaisent

1 Aider à trouver des occupations qui plaisent

2 Je m'ennuie

4 Solliciter l'aide de son entourage

3

3

3

4 Quelqu'un de ma famille mange devant moi

2

2

1

1

1

ENVIE D'AGIR

JE N'ARRIVERAI PAS À LE FAIRE

IL N'ARRIVERA PAS À LE FAIRE

7 Cartes stratégies parent





Remue ménage dans le grignotage

mercredi chez Tim

Séquence 1

PUBLIC :

- Enfant à partir de 8 ans présentant un surpoids ou une obésité pour lequel le grignotage est regardé comme une pratique fréquente ou relevant dans un environnement familial dans lequel le grignotage est regardé comme tel.
- Parents et/ou champ sanitaire ou éducatif impliqué dans la prise en charge de l'enfant.
- Tout professionnel de santé (médecins, infirmiers, surpoids et généralistes, diététiciens, psychologues, pédopsychiatres, etc.)

CONTEXTE :

Entretien en cabinet libéral (responsable au milieu hospitalier)

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

- S'accorder sur une définition du grignotage entre les parents, l'enfant et le soignant
- Appréhender l'impact du grignotage familial sur celui de l'enfant
- Prendre conscience
- Identifier que l'enfant porte sur son grignotage des idées différentes de sa famille
- Identifier que ses parents lui renvoient vis-à-vis des grignotages et des attitudes à parer de :
- Permettre à l'enfant de s'autoriser à parler de son grignotage avec ses parents
- Aider l'enfant et sa famille à trouver des alternatives au grignotage

MATÉRIEL :

Une pochette pédagogique comprenant les éléments suivants :

- Outil séquence 1 : Une bande dessinée "Un mercredi chez Tim"
- Outil séquence 2 : Un support de jeu "La cabane à GriGri"
- Un ensemble de pictos
- Outil séquence 3 : Un plateau de jeu + un lot de cartes de trois modèles/couleurs (10 à 15 777 de chaque)
- Cartes situations
- Cartes stratégies parent et stratégies enfant (chaque)
- Cartes stratégies

JUSTIFICATION :

Le grignotage est une pratique fréquente, banalisée dans la population générale mais entraine chez un enfant un surpoids car pratiqué de façon excessive énergétique et pratiqué de manière répétitive. Ce sujet peut être abordé de façon simple de la famille et est difficile à aborder lors d'un entretien pour différentes raisons :

- pas de réel consensus permettant de définir

cette pratique, donc difficile à avoir un langage commun avec la famille

- contexte un peu artificiel du cabinet d'un soignant, donc difficultés pour le jeune patient à se projeter dans la situation évoquée, décalage de ce qu'il est en train de vivre
- compétences du soignant lui-même qui peut se trouver démuné quant à l'aide à apporter à son interlocuteur, tendance à délivrer un simple conseil visant à limiter le grignotage ou le supprimer, sans respecter ce que l'enfant peut ressentir à l'égard de ses parents
- l'absence de répétition répétée par ses parents, ce sujet est d'autant plus délicat

Ce sujet est en présence de ses parents. Il est important de consacrer du temps à cette problématique, en suivant une cartographie progressive, afin d'aider à la prise de conscience et à la mise en œuvre de changements.



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

- Repérer les situations de grignotage au sein d'une famille
- S'accorder sur une définition du grignotage entre les parents, l'enfant et le soignant

DÉROULEMENT :

Le kit se décline en 3 outils différents, avec choisis des objectifs spécifiques. Il est important de se référer aux 3 fiches techniques s'y rapportant afin d'avoir une vision globale de l'évolution des échanges. En fonction de la disponibilité des échanges, dans un contexte institutionnel ou hospitalier, il est possible d'aborder les 3 séquences 1 à 2 lors d'une même consultation. En cabinet libéral, il est possible de déléguer les 3 séquences dans le temps, compte tenu du format plus court de la consultation.

Dans tous les cas, pour un usage optimal, l'outil est de respecter la chronologie des séquences.

A l'issue de chaque séquence, le soignant propose à l'enfant et au parent de prendre en photo leurs productions respectives.

Pour en garder lui-même une trace, le soignant les reporte sur les 3 fiches de synthèse prévues à cet effet.

DURÉE :

Variable selon l'utilisation du kit pédagogique mais à titre indicatif : reporter les durées indiquées dans les fiches techniques pour chaque séquence

DESRIPTIF DE L'OUTIL :

- 1 planche de BD plastifiée qui décrit un « mercredi chez Tim », avec des vignettes représentant la famille dans diverses situations dont certaines de grignotage – 1 pour l'enfant, 1 pour le parent
- Fiche de synthèse dans le livret soignant
- personnages et fiches repositionnables

Faire apparaître la planche BD pour le soignant avec les réponses attendues

Séquence 2

La cabane à GriGri



OBJECTIFS :

- Appréhender l'impact du grignotage familial sur celui de l'enfant
- Prendre conscience du regard que l'enfant porte sur son grignotage, celui des différents membres de sa famille, de la vision que ses parents lui renvoient vis-à-vis des grignotages et des effets induits.
- Permettre à l'enfant de s'autoriser à parler de son grignotage avec ses parents.

JUSTIFICATION :

La thématique du grignotage peut être un sujet délicat à aborder car elle peut renvoyer au grignotage des parents eux-mêmes, alors qu'ils le posent en interdit à leur enfant. De plus, on constate souvent que les parents adoptent un comportement différent par rapport aux grignotages pour les différents membres de la famille, ce qui peut avoir une répercussion sur l'enfant en situation de surpoids.

Les professionnels rencontrent souvent la difficulté de faire prendre conscience du problème aux parents qui, soit ne savent pas que l'enfant grignote, soit le nie ou le minimise, soit estiment qu'il s'agit du problème de l'enfant.

Pour toutes ces raisons, l'enfant n'évalue pas son grignotage au même niveau que celui de son entourage et est souvent moins indulgent envers lui-même.

Il semble important de connaître le contexte dans lequel le grignotage de l'enfant s'inscrit, avant de s'intéresser à la pratique elle-même.

DURÉE : 15-20 minutes

DESRIPTIF DE L'OUTIL :

- Un plateau de jeu « Cabane à GriGri »
- Une cabane pour y placer les silhouettes des personnes vivant sous le même toit
- 5 cases de couleurs différentes (colonne de gauche) illustrant le seuil de tolérance des parents vis-à-vis du grignotage de chacun ainsi que le seuil de tolérance des parents du point de vue de l'enfant
- 3 cases de couleurs différentes (colonne de droite) illustrant le seuil de tolérance de l'enfant vis-à-vis du grignotage de chacun
- Bleu foncé/clair : permet de se positionner par rapport aux grignotages plus ou moins bien acceptés par les parents/l'enfant
- Violet : permet de se positionner par rapport aux grignotages que les parents/l'enfant souhaitent voir interdire
- Rouge/orange : permet de se positionner par rapport aux grignotages que les parents interdisent plus ou moins

• Un ensemble de silhouettes, adultes et enfants, représentant les membres de l'entourage

• Des fiches repositionnables bleues pour indiquer l'influence du grignotage de l'enfant sur les autres

• Des fiches repositionnables oranges pour indiquer l'influence des grignotages des autres sur l'enfant

• Fiche de synthèse dans le livret soignant

DÉROULEMENT DE LA SÉANCE :

La séquence se déroule en 3 temps, avec un entretien mené avec l'enfant et le parent, séparément.

A l'issue des 2 entretiens, le soignant propose une mise en commun des 2 productions en faisant état des éléments que chacun souhaite partager avec l'autre. Les parents et l'enfant sont invités en fin de consultation à en reparier à la maison. Le sujet sera abordé de nouveau lors de la prochaine consultation.



Séquence 3

Grignot' Story

OBJECTIFS :

Pour l'enfant

- Repérer les situations qui favorisent le plus son grignotage
- Analyser son ressenti lorsqu'il grignote, en termes positifs (plaisir/apaisement/soulagement) et négatifs (culpabilité/regret/mauvaise estime de soi)
- Identifier les stratégies qu'il pourrait mettre en place pour en limiter l'importance
- Identifier l'aide nécessaire pour mettre en place ces stratégies

Pour les parents

- Repérer les situations qui favorisent le plus le grignotage chez leur enfant
- Identifier les stratégies qu'ils pourraient développer pour aider leur enfant
- Prendre conscience du ressenti de l'enfant lorsqu'il grignote

JUSTIFICATION :

Du fait du mode de consommation plus ou moins conscient, les situations de grignotage ne sont pas toujours présentes à l'esprit de l'enfant lorsqu'il n'en a conscience. Tant qu'il n'y a pas de réelle importance, se projeter dans une éventuelle stratégie envisagée peut s'avérer inefficace car ancrées sur un mode mécanique impliquant les parents.

L'utilisation d'un jeu de cartes listant les situations de grignotage les plus courantes peut aider l'enfant à anticiper les alternatives les plus efficaces. Certaines situations peuvent avoir plus d'impact que d'autres. Elles peuvent faire écho à un besoin plus important d'aborder le grignotage en interrogeant l'enfant sur les effets induits, positifs ou négatifs. Cela permet au soignant de repérer un possible mal-être ou d'éventuels troubles de comportement alimentaire et, dans ce cas, d'orienter vers un spécialiste (psychologue ou pédopsychiatre).

DURÉE : 45 minutes

DESRIPTIF DE L'OUTIL :

- Un plateau de jeu
- Jeu de 12 cartes « situations » et une grille d'entretien
- Jeu de 7 cartes « stratégies enfant pour éviter de grignoter » et une grille d'entretien
- Jeu de 6 cartes « stratégies parent pour éviter de grignoter » et une grille d'entretien
- des pastilles avec des « + » ou des « - »
- un tableau synthétique dans lequel les réponses de l'enfant et du parent seront reportées
- grille d'entretien soignant avec des questions de relance pour chaque situation de grignotage et chaque stratégie

DÉROULEMENT :

La consultation consacrée à la problématique du grignotage prévoit un temps spécialement dédié

à l'enfant en premier et un autre au parent. Il est important de prévoir ensuite un temps de mise en amont sur des productions de chacun, en s'accordant sur les éléments à partager.

CONSIGNES AU SOIGNANT :

1. Le soignant invite l'enfant à identifier les différentes situations qui peuvent l'amener à grignoter. Pour cela il lui présente un jeu de cartes « situations » en lui demandant de positionner celles qu'il trouve les plus fréquemment. Il l'invite ensuite à ne garder que celles qu'il met le plus sur l'échelle de gauche du plateau de jeu, en fonction de son envie à agir dessus.

Pour chacune des situations que l'enfant positionne à 3 et au-delà, le soignant lui demande de les décrire afin d'en avoir une vision plus précise et de questions de relance de la grille d'entretien.

2. Pour toutes les situations quelle que soit leur position sur l'échelle, le soignant amène l'enfant à réfléchir sur ce qu'il ressent après avoir grignoté. Sur chacune des cartes, il lui demande de positionner un signe « + », s'il ressent alors des regrets, de la culpabilité, de la déception

« - », s'il ressent de l'apaisement et/ou un certain bien-être.

Lors de l'étape 2, le soignant est attentif à la proportion de signes « + » car cela peut évoquer une culpabilité dans le cadre d'un trouble du comportement alimentaire.

3. Pour chacune des situations positionnées à 3 et au-delà sur l'échelle, le soignant présente un jeu de cartes « stratégies enfant » pour aider l'enfant à trouver des alternatives à ce grignotage. L'enfant doit sélectionner celles qui lui correspondent le mieux. Pour chacune des stratégies choisies, il indique également quel soutien il attend de son entourage (parents) et de son entourage (soignant).

Pour chaque stratégie choisie, le soignant s'aide si besoin des questions de relance de la grille d'entretien.

4. Lors de l'entretien avec le parent, le soignant suit la démarche décrite dans les étapes 1 et 3. Pour le parent, le soignant amène le parent à réfléchir sur le ressenti de son enfant, lorsqu'il grignote ou après avoir grignoté, à l'aide des signes « + » et « - ».

5. La dernière partie de la consultation sera un temps commun parents, enfants avec le soignant. Le soignant propose de partager la production de l'enfant et du parent de base à une discussion permettant de s'accorder sur des stratégies acceptables et réalisables pour chacun.

Pour finir, concernant chacune des stratégies acceptées et réalisées par l'enfant et le parent, le soignant s'accorde sur une échelle de certitude.

CONSIGNES À L'ENFANT (AU PARENT)

1. La séance est seul avec l'enfant et lui présente

OUTIL ENTIÈREMENT FINANCÉ



GRACIAS
ARIGATO
SHUKURIA
JUSPAXAR
DANKSCHEEN
TASHAKKUR ATU
YAQHANYELAY
BIYAN
SHUKRIA
THANK
YOU
BOLZIN
MERCI



DES QUESTIONS ?