

**« État des lieux »**

Situations (axes de besoins)				Pensées	Émotions
Grandes fonctions <small>(alimentation-sommeil)</small>	Aptitudes instrumentales <small>(motricité-psychomotricité)</small>	Exploration de l'Environnement <small>(curiosité naturelle)</small>	Emotion et Interaction sociale		
limitation ou impossibilité des déplacements		diminution d'élan et curiosité naturelle	isolement subi	être limité, prisonnier, seul, "ils me manquent"	impuissance, tristesse
		sorties diminuées, activité physique réduite fortement à plus du tout		"j'ai mal", pas bien dans mon corps	
perte d'appétit et de sommeil	désorganisation			impression de perdre ses habitudes, ses repères (comportementales mais aussi espace & temps)	tristesse, image négative de soi
sommeil perturbé, impossible				anticipation de difficulté de sommeil, anticipation d'insomnie	peur que le diabète se déséquilibre, anxiété
repas déprogrammés, perturbation nuit/jour				tous mes efforts sont tombés à l'eau	insuffisance, culpabilité
fatigue physique	limitées	limitée	limité.e.s	impossibilité de faire, "je ne peux rien faire"	(perte de contrôle)
			évitement, renfermement	média: répétition d'informations négatives et anxiogènes, mais du coup je suis coupé.e de tout!	frustration, colère
			problématiques interpersonnelles : couple, enfants, proches	"il ne manquait plus que ça. Je ne supporterai pas le diabète et les autres"	(accablement)
impossibilité d'activité physique et/ou sportive (retour à état d'inconfort antérieur: douleur, reprise de poids, isolement...)				inconfort et mal dans le corps à cause de situation indépendante de soi	colère

focalisation sur glycémie à cause du contexte	je ne regardais que quand il fallait, maintenant que je suis sorti de mon rend, je regarde tout le temps	anxiété
peur de se déplacer vers lieu de soin/concurrence entre se soigner et contracter le virus en sortant		angoisse, colère
méfiance face au système de santé/négligence de soins	vu le contexte, serai-je bien pris en charge? Je ne suis pas prioritaire.	dévalorisation
pressions liées au travail : quelle marge de respect des gestes barrière?, impossibilité de se protéger, danger	sentiment d'être obligé de dire à son employeur, violation d'intimité et confidentialité; danger	sentiment d'injustice provoquant frustration, colère, angoisse
	dissonance cognitive: je croyais bien vivre ma maladie mais la réalité est que je n'assume pas	confusion, frustration
contradictions	être un.e patient.e à risque mais non prioritaire pour vaccination	injustice
anticipation (inquiète et négative) de l'après	souvenirs des débuts de maladie	inquiétude
rester à la maison rassure, permet de limiter les distractions et rentrer plus facilement dans une routine, le retrait peut être constaté mais est bien vécu	je n'ai jamais eu autant de temps. j'apprécie les autres mais de loin	contentement, calme