

Soutien psychologique: malade-famille-enfant

Les mots à dire, à ne pas dire

ANA CAROLINA ALBACETE
PSYCHOLOGUE
HOPITAUX DU LEMAN

Dès l'annonce de mauvaises nouvelles et le temps d'accompagnement en cancérologie

QUELQUES
CONSIDÉRATIONS



En cancérologie on parle du temps d'accompagnement/soutien émotionnel

L'annonce d'un cancer est un processus complexe et émotionnel qui nécessite une approche sensible et bienveillante à tous les stades du processus d'accompagnement.

Cela implique une prise en charge personnalisée du patient composée de quatre axes principaux :

- l'écoute active et bienveillante,
- l'information,
- le soutien (attitude, disponibilité, empathie...)
- l'orientation (conseils, psychoéducation, adressages...)

C'est aussi la coordination de la prise en soin avec les autres acteurs de soin

- opération
 - 3 mois de "grosses" chimio
 - 3 mois de "petites" chimio
 - 5 semaines de rayons
 - 5 ans d'hormonothérapie
-

6 ans de traitement



Les comptes
sont pas bon
Kevin!

Je
veux des
paillettes
dans
ma
vie !!

Marime

L'annonce du diagnostic marque l'entrée dans une vie avec la maladie, et cela autant pour le patient que pour son entourage.

Apprendre le diagnostic de maladie grave et/ou chronique peut être vécu comme un **choc (sidération)**, une **crise** qui peut déstabiliser la personne et ses proches.

On peut observer une **décharge émotionnelle**: tristesse, dépression, anxiété, colère, sentiment d'injustice, peur, désespoir, propos suicidaires...

Les projets de vie sont brisés. Vision du futur changée et devient **incertaine**,

Peur de la mort,

Processus de **deuil/s** de la vie d'avant, entrée dans un processus d'adaptation (**mécanismes de défense et coping** adaptatif ou non adaptatif),

Résilience, sens, prise de conscience de la valeur de la vie, autodérision, sens de priorités modifié...

L'ANNONCE D'UN DIAGNOSTIC
CANCÉREUX ET LA SUITE :

LES RETENTISSEMENTS:

✓ **CHEZ LE MALADE**

✓ CHEZ LE SOIGNANT

✓ CHEZ SES PROCHES

« *Vivre avec la maladie est difficile, mais accompagner les malades l'est aussi* »

Plusieurs **réactions** possibles: gêne, malaise, anxiété, culpabilité, sentiment d'échec, d'impuissance, peur de la réaction du patient, perte du contrôle de la situation. Mais aussi d'expériences de satisfactions perso/pro, apprentissages, partages, sens, sentiment d'utilité...

Stratégies compensatoires :

Conscientes : **coping** chez le soignant *adaptés ou pas* au stress du patient/proche. Interventions « **congruentes** » (qui s'adaptent au stress du patient) (ex: donner plus d'informations aux patients contrôlant, ou donner moins d'informations aux patients évitants)

Inconscientes : **Mécanismes de défense** qui peuvent faire obstacle à la relation ou pas: ex.:

l'esquive, la rationalisation, banalisation, minimisation, fausse réassurance, évitement et fuite en avant, l'omnipotence, mensonge, agressivité. Mais aussi, l'humour, la sublimation, répression et refoulement.

L'ANNONCE D'UN DIAGNOSTIC CANCÉREUX ET LA SUITE :

LES RETENTISSEMENTS:

- ✓ CHEZ LE MALADE
- ✓ **CHEZ LE SOIGNANT**
- ✓ CHEZ SES PROCHES

AU DÉBUT, ELLE REFUSA CATÉGORIQUEMENT
(C'EST LA FAMEUSE PÉRIODE DE DÉNI).



PUIS, QUAND ELLE FINIT ENFIN
PAR ACCEPTER L'IDÉE.
UNE DE SES PREMIÈRES QUESTIONS FUT :
"COMMENT L'ANNONCER
AUX AUTRES ?"....



FINALEMENT, UN CANCER
C'EST UN PEU COMME
GAGNER AU LOTO,
ON NE SAIT JAMAIS SI
ON DOIT LE DIRE OU PAS.

À SUIVRE...

Prise de conscience, soudaine ou progressive d'un quotidien (et d'une vie) bouleversé,

Il peut vivre les mêmes **réactions émotionnelles** que le malade et les soignants

Lourdeur d'accompagner, poids de responsabilité (fort, soutenant)

Méconnaissance de la pathologie, des traitements, **incertitudes** sur l'évolution, l'espérance de vie..

Risque de **surprotéger** ou **abandonner** le malade

Epuisement psychique et psychique

Manque de soutien/reconnaissance

Besoin **d'être aidé** dans son rôle.

**L'ANNONCE D'UN DIAGNOSTIC
CANCÉREUX ET LA SUITE:**

LES RETENTISSEMENTS:

✓ **CHEZ LE MALADE**

✓ **CHEZ LE SOIGNANT**

✓ **CHEZ SES PROCHES**

Commencer par accompagner le parent malade afin **qu'il sache expliquer à son enfant de manière adapté à son niveau de développement,**

Les enfants sont intuitifs et peuvent sentir quand quelque chose ne va pas. **Dire la vérité,** même si c'est difficile, est essentiel pour établir la confiance.

Choisir le bon moment : Annoncer la nouvelle lorsque l'adulte et l'enfant sont disponibles et dans un environnement calme. Eviter avant le coucher.

S'attendre à ce qu'ils aient des interrogations. **Ne pas anticiper les questions que l'enfant ne pose pas.**

Etre **prêt à répondre à ses questions,**

Utiliser des **mots simples et directs :** Éviter les termes médicaux compliqués.

Dire le mot **malade.** Expliciter que le patient se fait traiter **pour guérir et/ou se soigner.**

Apporter un **soutien émotionnel :** Leur monde peut être bouleversé par cette nouvelle,

Les rassurer: le **cancer n'est pas contagieux et ils ne sont pas responsables de la maladie de leur parent.**

S'assurer qu'ils ont des personnes de confiance vers qui se tourner, comme un psychologue ou un enseignant...

L'ANNONCE D'UN DIAGNOSTIC CANCÉREUX ET LA SUITE :

LES RETENTISSEMENTS :

✓ CHEZ LE MALADE

✓ CHEZ LE SOIGNANT

✓ **CHEZ SES PROCHES:
LORSQU'IL S'AGIT
D'ENFANTS**

Le Soutien psychologique : qui fait quoi?

Professionnel	Niveaux	Description
→ Tous les soignants	I. Compétences basiques de communication	<ul style="list-style-type: none">• Informer• Établir et maintenir une relation d'aide• Favoriser l'adaptation• Promouvoir le bien-être à travers des activités propres à chaque profession.
→ Professionnels avec une formation spécialisée (IDE-Kiné-Médecins...)	II. Compétences spécifiques de communication	<ul style="list-style-type: none">• Compétences de communication et proximité avec le patient (ex: Counseling, CNV...)• Alliance thérapeutique• Compression du processus d'adaptation de la maladie, deuil (prévention)• Évaluer les besoins psychosociaux• Adressage selon besoins
→ Psychologue, Psychiatre	III. Intervention psychothérapeutique / psycho-éducative	<ul style="list-style-type: none">• <i>Psychothérapie individuelle ou de groupe. Intervention familiale. Suivi deuil.</i>• <i>Formation, conseil et supervision des équipes dans les niveaux I et II</i>• <i>Recherche</i>

Quelques règles et recommandations pour accompagner nos patients

- **Mesures générales de soutien émotionnel (pluridisciplinaire):**

- ✓ Réguler le processus d'information, offrir soutien émotionnel, motiver l'activité du patient, proposer ou faciliter la distraction

- **Quelques principes qui sous-tendent une pratique aidante:**

- ✓ Principe de bienveillance, d'autonomie du patient, confidentialité

- **Attitudes aidantes chez le soignant:**

- Empathie: disposition pour comprendre l'autre
- Acceptation inconditionnelle
- Authenticité-congruence
- Assertivité

L'accueil (être conscient de son attitude)

Identifier les besoins et préoccupation/s principale/s du patient,

Confronter les peurs et sources d'angoisses du patient et les aborder,

Pallier, éliminer ou diminuer les symptômes de détresse (psychiques-psychiques)

Aider le patient « à se comprendre ». L'autoriser à « sentir » ses émotions et les exprimer,

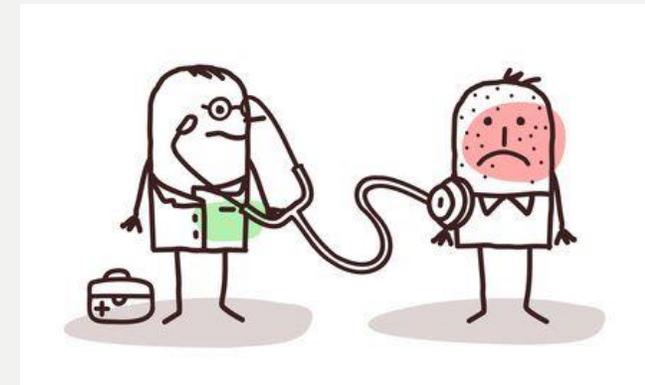
Promouvoir toute action qui permet d'augmenter la perception de contrôle et d'autonomie,

Identifier les valeurs, ressources et

Aider à explorer d'autres alternatives pour la prise des décisions,

Travail personnel du soignant: analyse de la pratique équipe, supervision, consulter un professionnel individuellement, coach, etc...

QUELQUES CLÉS DE LA RELATION SOIGNANT/SOIGNÉ



Avant de se quitter : Petit bêtisier et autres maladresses (paroles de patients) non exhaustif



« Il faut garder le moral, c'est 50% de la guérison »

« Je sais ce que tu ressens, ça va aller »

« Tu rentres dans un 36 maintenant, tu as de la chance »

« Ah, je connais bien, ma mère est morte de ça ! »

« Je ne suis pas allée te voir pendant les traitements. Je voulais garder un bon souvenir de toi »

« C'est un petit cancer... ça se soigne bien maintenant »

« Il vaut mieux un cancer du sein qu'un autre type de cancer »

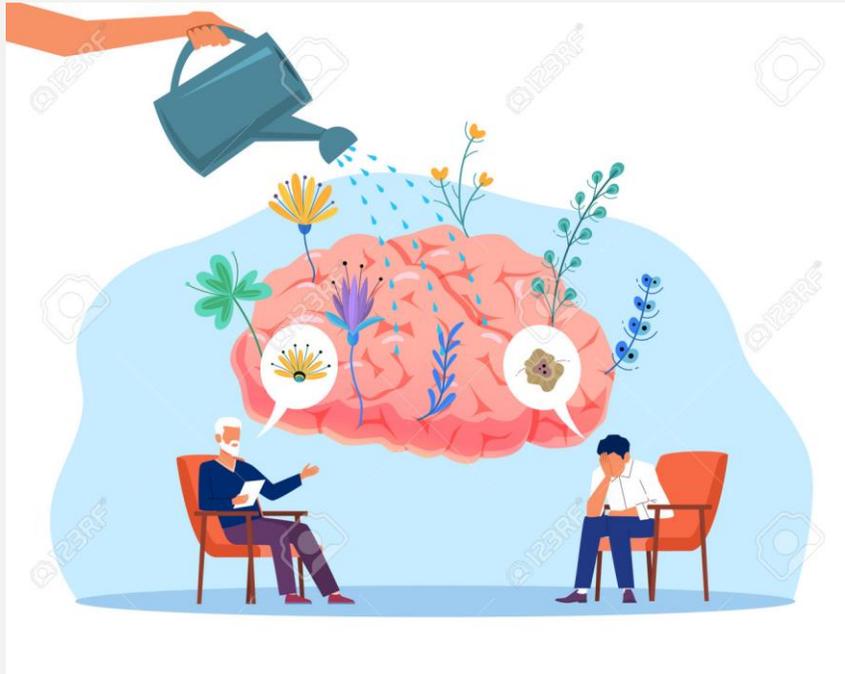
« Sois courageux/se »

« Ça se soigne bien, tu as de la chance »

« Tes traitements sont finis, tout va bien maintenant »

« Avec un paquet de cigarettes par jour, c'est normal que tu sois malade »

Et pour terminer ...



Si vous *pouvez guérir*, **GUÉRISSEZ**

Si, vous ne pouvez pas guérir, **SOULAGEZ**

Si vous ne pouvez pas soulager, **CONSOLEZ**



UN GRAND MERCI !

DES QUESTIONS?