

# Le départ de la Maison

Transition en foyer de longue durée

Anne Tremblay, ps.éd.



# Début du cheminement

- Dès l'annonce du diagnostic, la personne atteinte et son entourage font face à un processus d'acceptation.
- Ce processus est parsemé de deuil dont il faut s'affranchir.

# La maladie

Provoque un changement de rôle :

- ❖ involontaire et imposé
- ❖ dans un moment chargé d'émotivité.

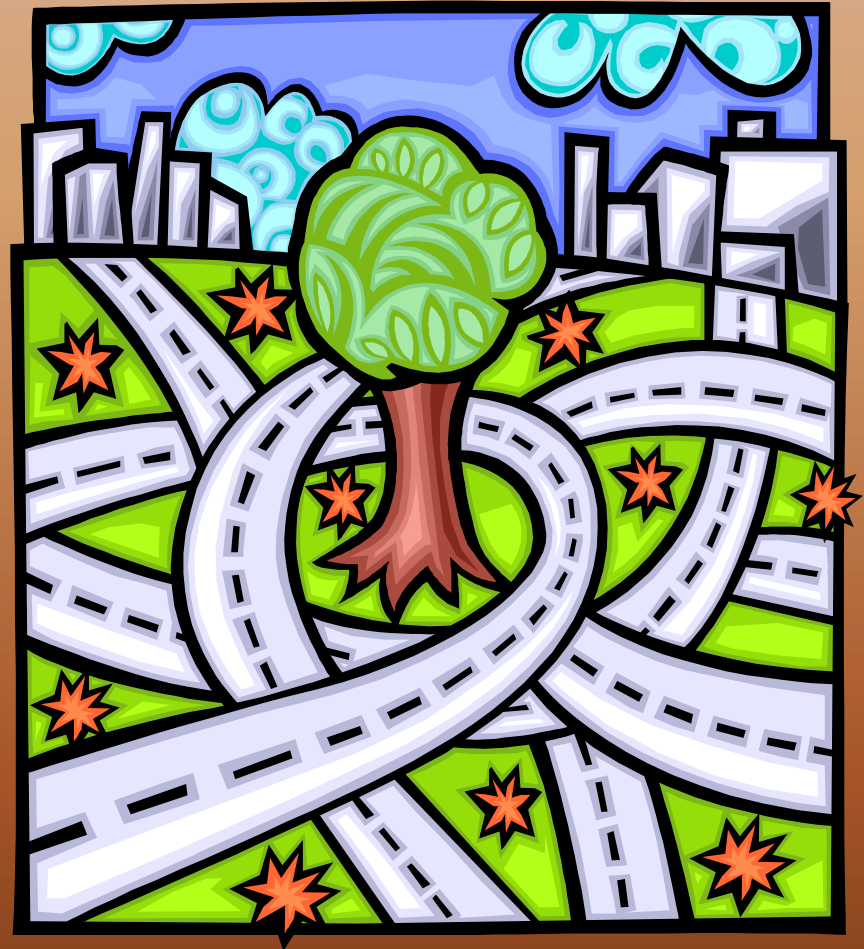


# Caractéristiques du processus d'acceptation

Il est constitué de plusieurs  
étapes.

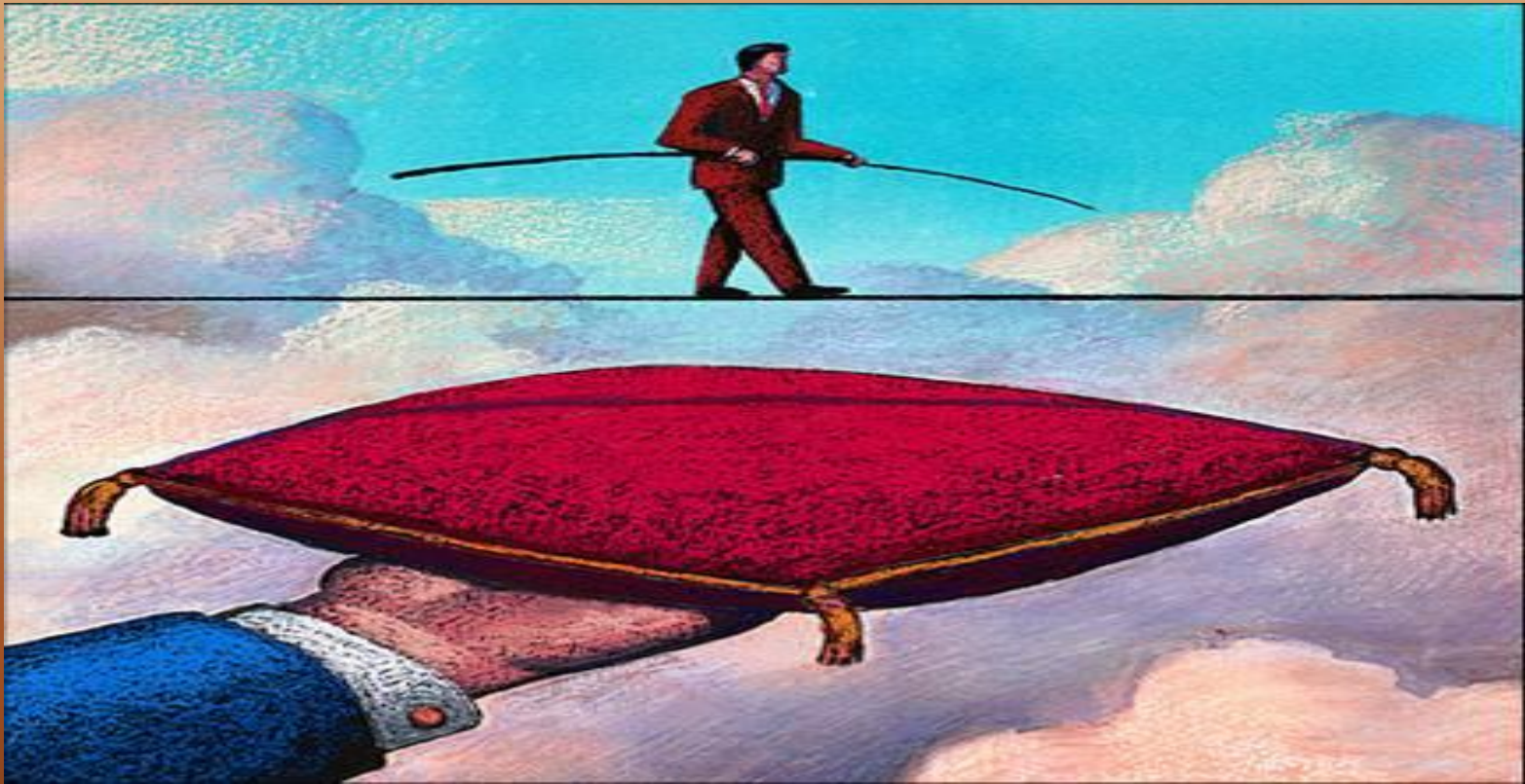
Chaque cheminement est  
individuel.

Les étapes peuvent  
s'entrecroiser.





# Recherche de l'équilibre



# Objectif : Retour à l'état d'équilibre

- On cherche toujours à créer un équilibre donc il y a, d'une manière ou d'une autre, un processus d'acceptation.
- L'acceptation n'est pas nécessairement celle de la maladie. Elle est parfois celle de la réalité qui l'accompagne.
- L'acceptation mène vers l'adaptation ou l'adaptation mène vers l'acceptation afin de rétablir un état d'équilibre.

# L'équilibre quotidien





# L'adaptation

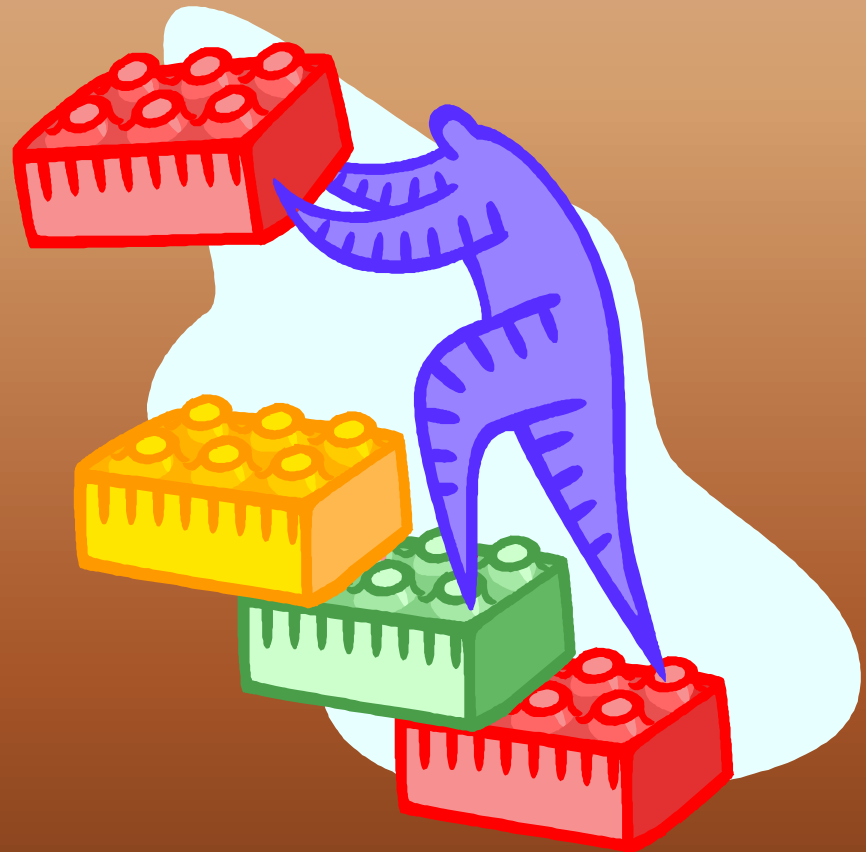
C'est la mise en place de nouveaux rôles.

L'organisation au quotidien.

La redéfinition des tâches, des attentes, des rêves, des espoirs.

La recherche d'un nouveau sens à la vie.

La réappropriation de la vie, de sa vie, de la vie à deux, de la vie familiale.



# Le temps file et...

- La maladie avance.
- La personne atteinte a de plus en plus besoin d'accompagnement et ce dans toutes les sphères de sa vie.
- Les proches ont de plus en plus de difficulté à prodiguer, à domicile, les soins et l'accompagnement requis.
- L'épuisement s'intensifie parfois accompagné d'impuissance.

**Le déséquilibre est de retour.**



# Recherche de l'équilibre quotidien



## *La solution envisagée*

### **L'hébergement :**

- Résidence privée, communautaire;
- Résidence de type familial;
- Ressource intermédiaire;
- Centre hospitalier de longue durée.





# La ronde des émotions

- Culpabilité
- Soulagement
- Honte
- Tristesse
- etc....



# Les étapes de l'acceptation

- Le déni
- La colère
- La négociation
- La dépression
- L'acceptation



# Le déni

C'est pas si pire que ça.  
Vous vous trompez.  
Je suis encore capable.

Cette étape est importante.  
Elle permet de se mobiliser.  
Elle donne le temps de  
digérer la situation et d'y  
faire face.

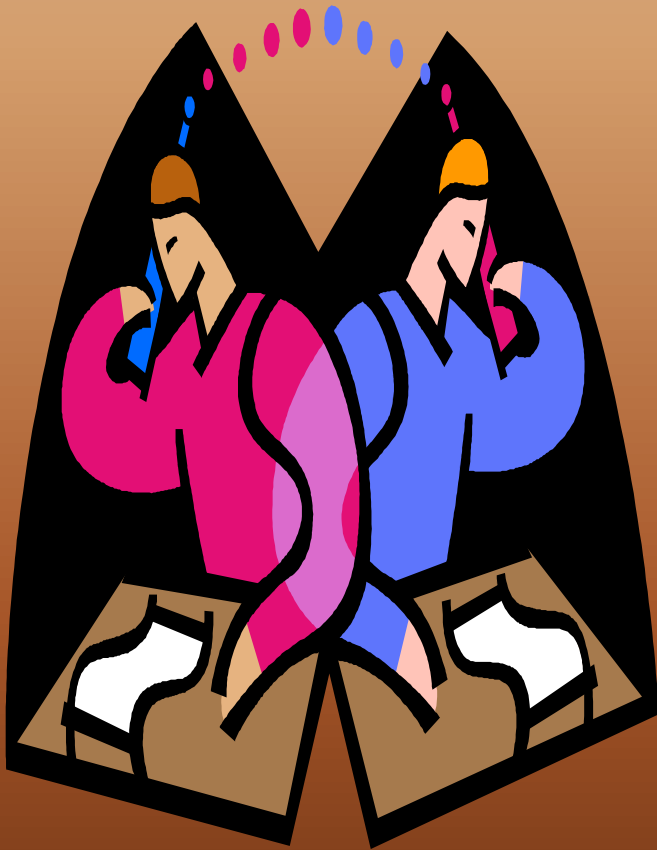




## **La colère**

Envers le médecin, le système, la personne atteinte, les membres de la famille, envers elle, etc.

# La négociation



- On tente de retarder le processus ou la prise de décision par tous les moyens.
- On recherche une solution qui changerait la situation et par le fait même la décision.

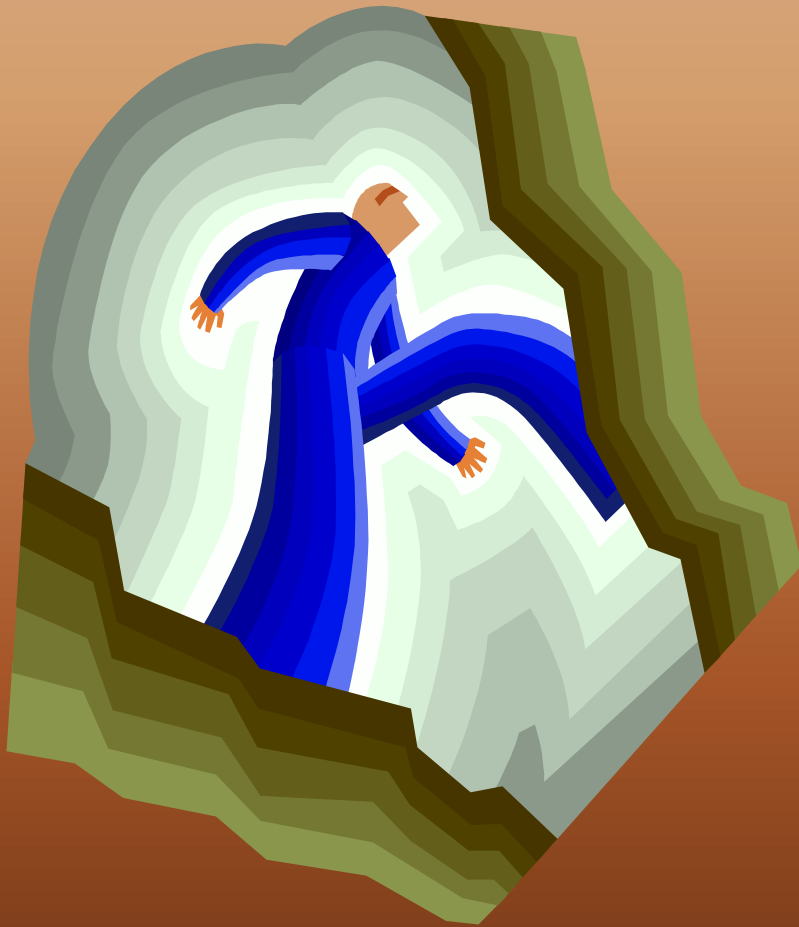


# La dépression



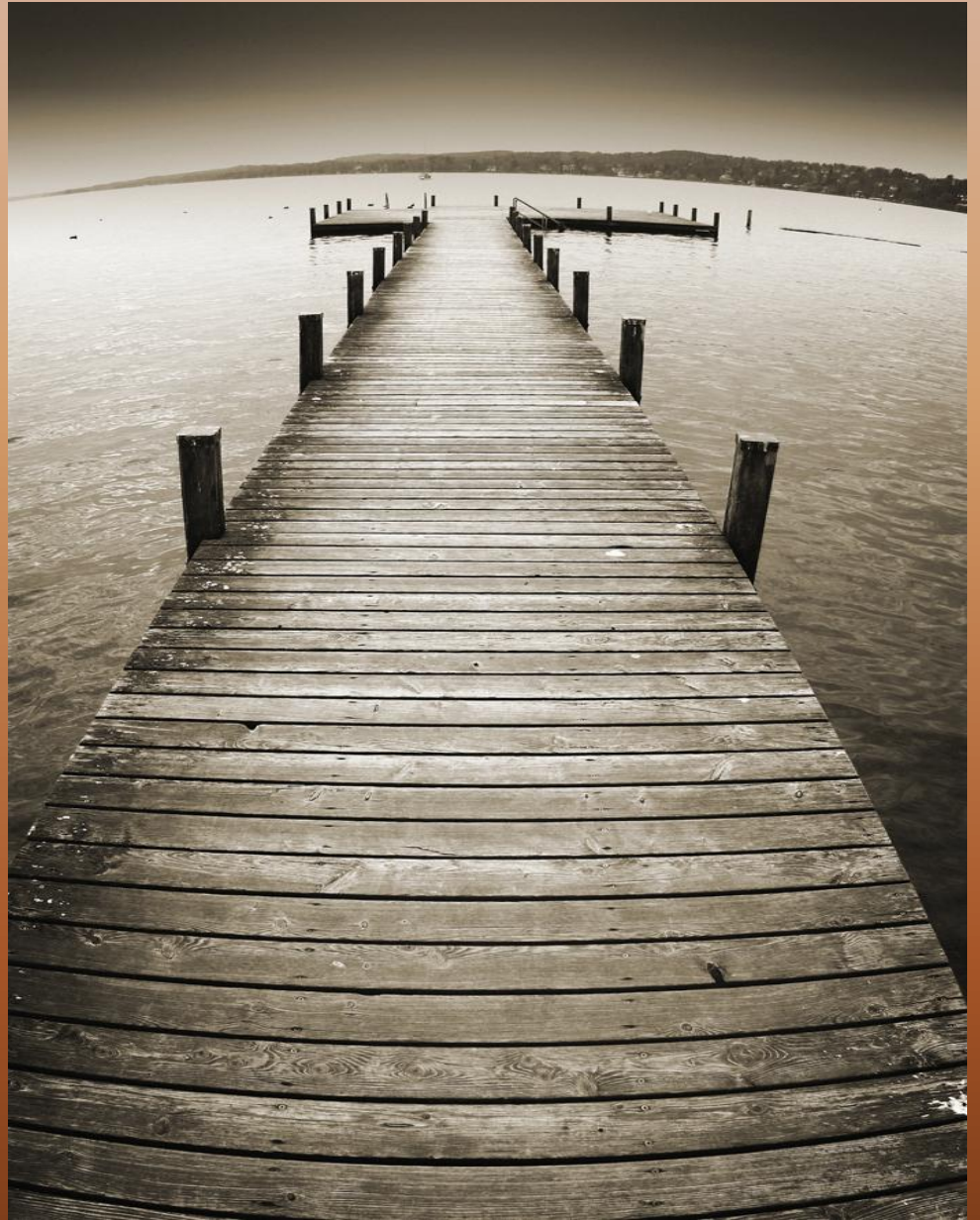
La prise de conscience que le processus est inévitable et la reconnaissance de la limite qui vient d'être atteinte amènent la résignation.

# L'acceptation



- Les émotions vécues sont parfois contradictoires.
- D'un côté, j'ai de la peine. J'ai l'impression de perdre mon proche à nouveau.
- De l'autre, j'éprouve du soulagement. Je suis au bout du rouleau.

L'acceptation  
passe  
inévitablement  
par des **deuils**.



# Les différents deuils à faire

- Le deuil blanc
- Le deuil de la relation qui existait
- Le deuil du rôle
- Le deuil de la normalité
- La perte de la prédictibilité
- La perte du sens



## **Le Deuil blanc**

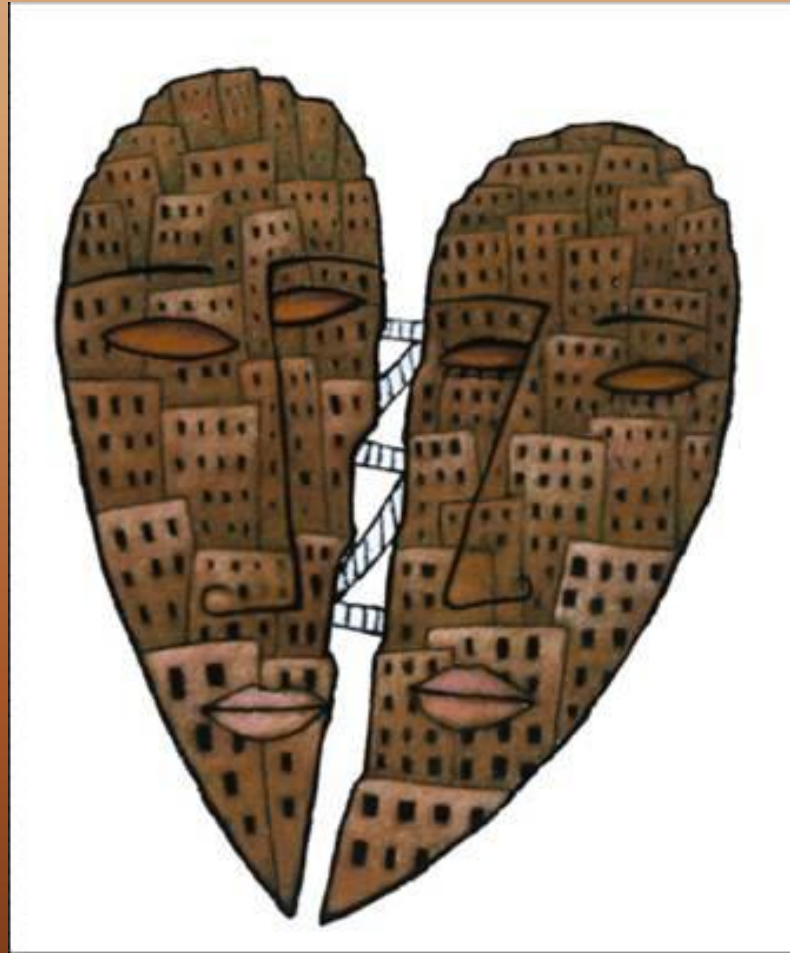
On doit, une fois de plus, faire le deuil de la personne malgré le fait qu'elle est encore vivante.



# Le deuil de la relation qui existait

- La relation avait pris un nouveau sens, une nouvelle tournure. J'avais redéfini la relation.
- Je dois dès maintenant faire le deuil de celle-ci, celle où je suis aidant€, et céder ma place à quelqu'un d'autre. C'est ainsi que je le ressens bien souvent.

Vais-je réussir à construire de nouveau repère ?



# Le deuil du rôle

- Mon nouveau rôle était d'être l'aidant.
- C'est sur moi que revenait le bien-être de mon proche.
- Je dois remettre ce rôle à quelqu'un d'autre.
- Je dois céder ma place et malgré l'épuisement ceci se fait difficilement.
- Quel rôle aurais-je dorénavant ?



# Le deuil de la normalité

- Dans notre société, on présume que :
  - un couple uni demeure dans la même maison.
  - Un enfant prend soin de son père, de sa mère ou des deux.
  - Lorsqu'on est conjoint ou de la même famille, on fait serment implicite de fidélité. Donc, je me dois d'être présent (à la vie, à la mort).
  - Etc.

# Le regard des autres



# La perte de la prédictibilité

- Avant, je pouvais prévoir car c'est moi qui gérait maintenant quelqu'un d'autre le fait ou le fera à ma place donc il est difficile pour moi et même parfois impossible de prévoir et de prédire ce qui va se passer.
- Cet état de fait est insécurisant.







# La perte du sens

- Toute ma vie était orientée vers mon proche :
  - Organisation du temps
  - Routine
  - Vacances

Maintenant à quoi vais-je occuper mon temps ?

Serais-je encore utile ?

Qui le ou la connaît mieux que moi ?

Ma vie a-t-elle encore un sens ?



# Pour aider à vivre ces deuils



# Moyens

- Reconnaître ses pertes, ses deuils et les accepter
- S'accepter avec ses impatiences et ses divers sentiments
- Se centrer sur ce qui peut être fait plutôt que ce qui n'est plus possible
- Organiser son temps de manière à pouvoir prendre du temps pour soi.





# Moyens

- Rechercher et accepter le soutien de son entourage et de ses amis
- S'entourer de vivants
- S'accorder du temps de relaxation, de détente
- Cultiver sa dimension spirituelle
- Se repositionner, se redéfinir
- Redéfinir son rôle et sa relation





# Et surtout et malgré tout

- Cultiver sa relation avec cette personne qui nous est à la fois inconnue et connue
- Lâcher prise sur le quotidien et se centrer sur l'instant présent, sur le plaisir, sur le bien-être de la personne dans le moment présent et en présence.

# Bref !!

- Céder sa place pour les soins et le quotidien  
Ok mais pas dans la relation.
- Il faut trouver la force de se centrer sur la personne, sur son essence afin d'entrer en relation et de rester significatif malgré les changements et l'éloignement.
- Faire confiance mais aussi se faire confiance

MERCI !!!!!

