



La personne malade souffre-t-elle psychologiquement ?

Les changements physiques, psychologiques et environnementaux de la personne malade sont pour elle des sources presque quotidiennes de souffrance. Face à l'anxiété qui peut la submerger, elle va avoir besoin de se sentir comprise et rassurée.

D'où vient la souffrance de la personne malade ?

Vous vous en êtes déjà rendu compte : on est toujours agacé de ne pas trouver ses mots. Imaginez maintenant que cela soit systématique pour vous : c'est ce que vit la personne malade.

Le fait de devoir dépendre de son entourage a de grandes chances de l'affecter, surtout si elle a toujours été très autonome.

Enfin, tout changement un peu brutal risque de la décontenancer, de bousculer ses repères et d'accentuer l'impression de « perdre pied » qu'elle peut parfois ressentir.

Comment se manifeste-t-elle ?

L'anxiété représente la forme la plus courante de cette souffrance psychologique. Les situations d'échec, les activités qui deviennent difficiles, les changements par rapport aux habitudes bien ancrées peuvent provoquer une forte angoisse, déclencher de l'anxiété et entraîner de l'agressivité.



Témoignage de Catherine

« Maman n'arrivait plus à se repérer dans la maison. Elle prenait la cuisine pour la salle de bain et la chambre pour le salon. Pour l'aider, en accord avec elle, j'ai fait repeindre les portes de chaque pièce. Grâce au code couleur, elle se repère bien mieux. Et lorsqu'elle se trompe encore, elle comprend elle-même son erreur. »

Votre rôle pour bien l'aider

Votre proche s'agace de ne plus trouver ses mots ? Ne faites pas comme si ce n'était pas grave. Donnez-lui des indices mais ne finissez pas ses phrases. Montrez plutôt de la compréhension : « Je comprends que cela soit difficile pour toi car ce n'est plus comme avant... mais tu sais que nous sommes là et que nous t'aidons. »

Votre proche manifeste des signes d'anxiété ? Cherchez l'origine de son angoisse (par exemple un problème de repérage, comme la maman de Catherine - voir encadré). Restez patient et montrez-vous apaisant. Trouvez ce qui peut la rassurer.

Plus généralement, évitez les changements trop soudains et soyez présent(e) au crépuscule : la fin de journée est souvent cause d'un regain d'anxiété.