

QUAND ON ACCOMPAGNE UN PROCHE on essaye de ...

Ne pas oublier que la personne a un statut familial

- Si notre proche est un adulte, ne pas le prendre pour un enfant
- Si notre proche est un enfant, ne pas oublier que c'est un enfant
- C'est une personne qui mérite du respect en toutes circonstances
- C'est une personne qui a un passé, des souvenirs et une histoire de vie

Se rappeler que la personne reste sensible à l'ambiance

- Elle reste apte à percevoir le « climat » : l'agressivité entraîne l'agressivité alors que la sérénité et le calme rassurent
- Tout se joue sur l'émotionnel, la communication se fait sur la perception de l'émotion, des mimiques, du climat, sur le ton de la voix ...

Être convaincu que la personne ne cherche pas à vous embêter exprès

- Les fonctions cérébrales altérées entraînent une perte de souplesse intellectuelle et des difficultés d'adaptation
- Si notre proche ne peut plus faire les choses par soi-même, il peut avoir tendance à demander que les choses soient faites tout de suite

Se rappeler que les troubles sont variables dans le temps

- Les troubles fluctuent avec une grande variation des capacités selon les jours

Penser que le stress est un déstabilisant majeur

- Des troubles du comportement sont liés à des réactions d'incompréhension totale d'une situation
- L'affection et les encouragements restent perçus dans le temps bien plus longtemps, ce qui encourage à les prodiguer le plus longtemps possible

Donner du temps à la personne pour faire les choses

- N'entreprenez rien si vous n'avez pas de temps devant vous
- Prenez votre temps et laissez-lui du temps

Lui éviter les situations d'échec

- La personne accompagnée a tendance à perdre l'estime de soi et se trouve déstabilisée par les échecs répétés
- La faire participer le plus longtemps possible mais sachez que la performance importe peu

Se protéger

- Ne mettez pas votre santé en danger, n'allez pas jusqu'à l'épuisement ou la dépression
- Discutez, échangez avec votre proche, votre famille, les professionnels, partagez vos expériences avec d'autres aidants