




La relation thérapeutique comme pilier dans la maladie chronique

2 mars 2024

Claudia Lessert
 Physiothérapeute MSc
 Service d'angiologie CHUV
 LymphConcept
 LymphoSuisse



  

1

La relation thérapeutique - un partenariat

- La relation thérapeutique englobe **l'interaction et la connexion** entre les professionnels de santé et les patientes
- Le partenariat repose sur les piliers cruciaux **de l'empathie, du respect, et de la confiance**
- L'ouverture émotionnelle renforce le lien thérapeutique
- **L'authenticité, l'empathie, la communication ouverte, et l'écoute active** sont des compétences essentielles pour comprendre les besoins spécifiques des patients
- **La qualité de la relation thérapeutique** contribue significativement à **l'adhérence au traitement** et apporte une plus-value dans les prises en charge thérapeutiques

Kallergis, 2019

 *La relation thérapeutique: fondement transversal de toutes les spécialités médicales et thérapeutiques* 

Lymph Concept

2

Partenariat de soin, changement d'approche



3

Face à un diagnostic oncologique et des éventuelles séquelles:

- **Adaptation face à la maladie** et aux traitements
- **Gestion des défis émotionnels et physiques** associés à la maladie oncologique
- **Discussion des options de prise en charge**: inclut chimiothérapie, radiothérapie, hormonothérapie, et thérapie ciblée
- **Gestion des effets secondaires**: une priorité dans les traitements en physiothérapie
- **Prise en compte des aspects émotionnels et psychologiques**: soutien essentiel pour gérer anxiété, peur, et émotions liées au cancer
- **Considération des préoccupations et questions des patients**: fondamental pour un accompagnement holistique (entier)



4

Identifier les besoins

Vie en évolution:

changements personnels et professionnels, individuels, collectifs, et organisationnels

Réponse émotionnelle:

unicité de la réponse émotionnelle basée sur les capacités individuelles à assimiler et à faire face aux événements

Courbe du Changement:

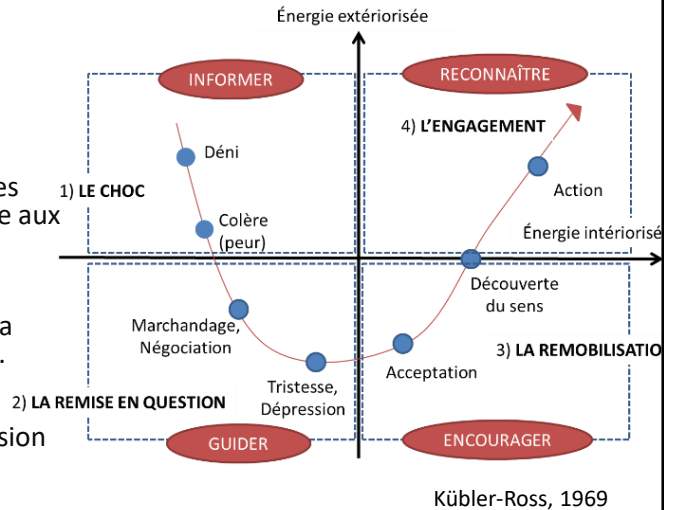
Cheminement à travers plusieurs étapes, lié à la "courbe du changement" ou "courbe du deuil".

Adaptation:

Processus évolutif nécessitant une compréhension des étapes.

Assimilation et Résilience:

Capacités essentielles pour traverser avec succès les diverses étapes du changement.



Accompagner



Une relation optimale pour un accompagnement optimal

Relation soignant – patient.e:

- s'appuie sur des compétences interpersonnelles solides
- nécessite une communication transparente et un partage d'informations pertinentes

Participation active :

- est nécessaire pour un traitement efficace

Impact sur la satisfaction et la résilience:

- renforce leur capacité à faire face à la maladie avec un sentiment de contrôle et de soutien

Une relation optimale pour un accompagnement optimal

Approche thérapeutique holistique:

- empathique, positive, informative et ouverte
- favorise le partenariat dans la prise en charge

Bien-être émotionnel:


- il faut pouvoir faire face à la sensibilité humaine et créer un espace sûr
- favorise une expérience positive du traitement

Stratégies d'adaptation:

- combativité et redéfinition positive comme stratégies d'adaptation

Les enjeux: Comment accompagner les émotions de l'autre

- Les personnes accompagnées et nous-mêmes ne sont pas **toujours conscientes ou capables de nommer les émotions** et leurs besoins satisfaits ou non satisfaits.
- La maladie (grave) **crée un stress important**. Le cerveau est parfois continuellement en mode survie. **Leurs paroles et comportements peuvent être parfois très « intenses »**.



La personne,
quelle que soit la nature de
son problème de santé,
est la seule détentrice de **ses
ressources** pour résoudre ce
problème.

Quelques mécanismes de défense:

Le déni : Agir comme si la maladie n'existait pas, la réalité est insupportable

Banalisation :
« Ce n'est rien »,
« tout le monde à des coups durs... »,
« c'est la vie »

La fausse réassurance :
« Tout ira bien »

**Rationalisation-
intellectualisation:**
Donner des explications dans un langage incompréhensible pour la personne, donner des explications rassurantes mais erronées

Quelques mécanismes de défense (suite):

Esquive : ne pas répondre à la personne, continuer son explication

Evitement : Ne pas regarder la personne quand je m'adresse à elle, ne pas croiser son regard

Dérision : banaliser une souffrance :
une personne souffre d'œdèmes
« Ce n'est pas la mer à boire »

Quelques mécanismes de défense (suite):

Mensonge : travestissement de la réalité de manière consciente

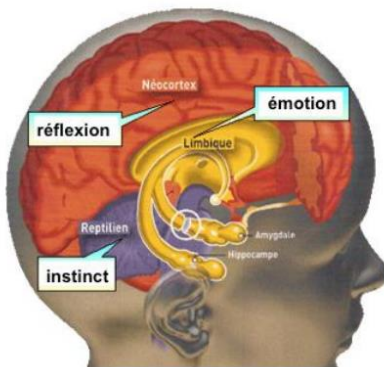
Identification projective avec le patient :

se tromper d'histoire
« moi à votre place... »,
« si c'était ma mère... »

L'omission : ne pas donner toutes les informations en ma possession alors que la personne les demande

Cerveau et émotions

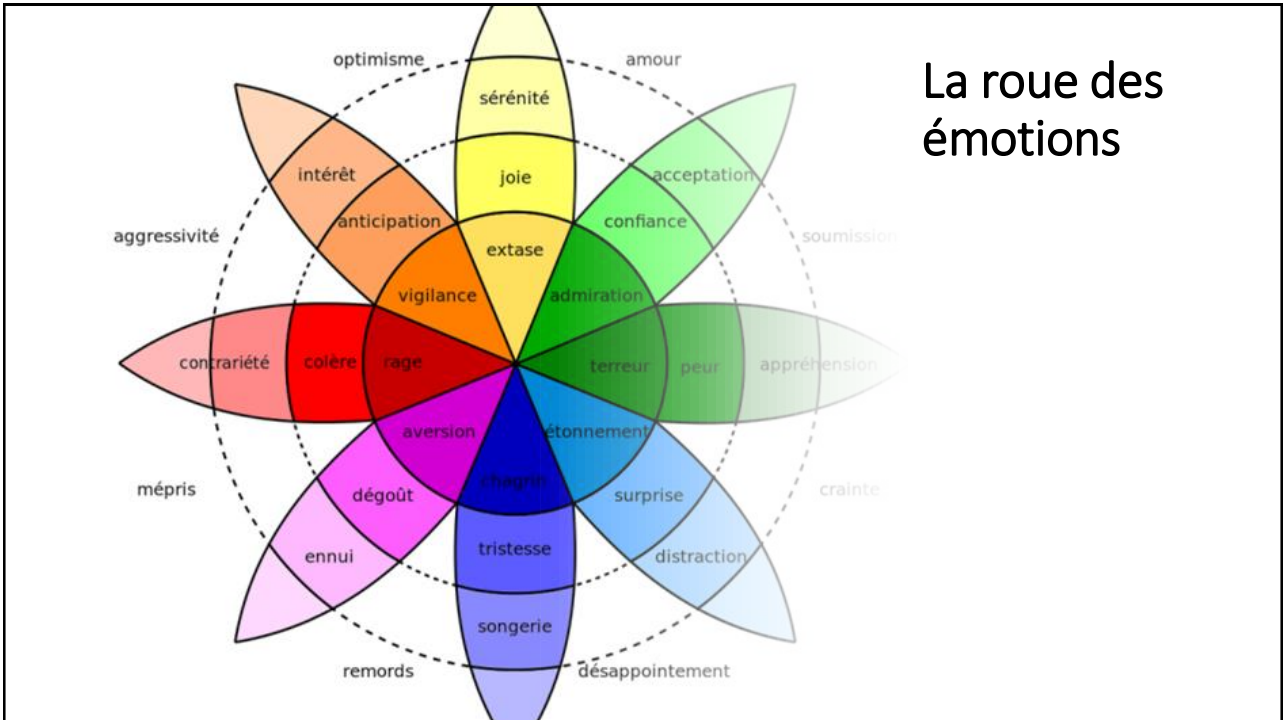
Nos comportements, émotions, réflexions, correspondent à des zones spécifiques de notre cerveau



Le cerveau « triunique »
Paul Mac Lean

- **Le Néocortex** :
4 millions d'années
siège de la réflexion
 - Raisonement, expérimentation
 - Langage
 - Conscience de soi
 - Adaptation
 - Mémoire associative & comparative
- **Le cerveau Limbique** :
65 millions d'années
siège de l'affectivité
 - Pulsions
 - Emotions
 - Relations sociales
 - Plaisirs
 - Mémoire émotionnelle à long terme
- **Le cerveau reptilien** :
400 millions d'années
siège de l'instinct de survie
 - Réflexes innés
 - Comportements primitifs
 - Mémoire mécanique inconsciente

- **L'hippocampe**
Contributeur de :
 - Régulation de l'humeur
 - Mémoire consciente
 - Apprentissage
- **L'amygdale**
Lieu de formation
 - Des émotions



17

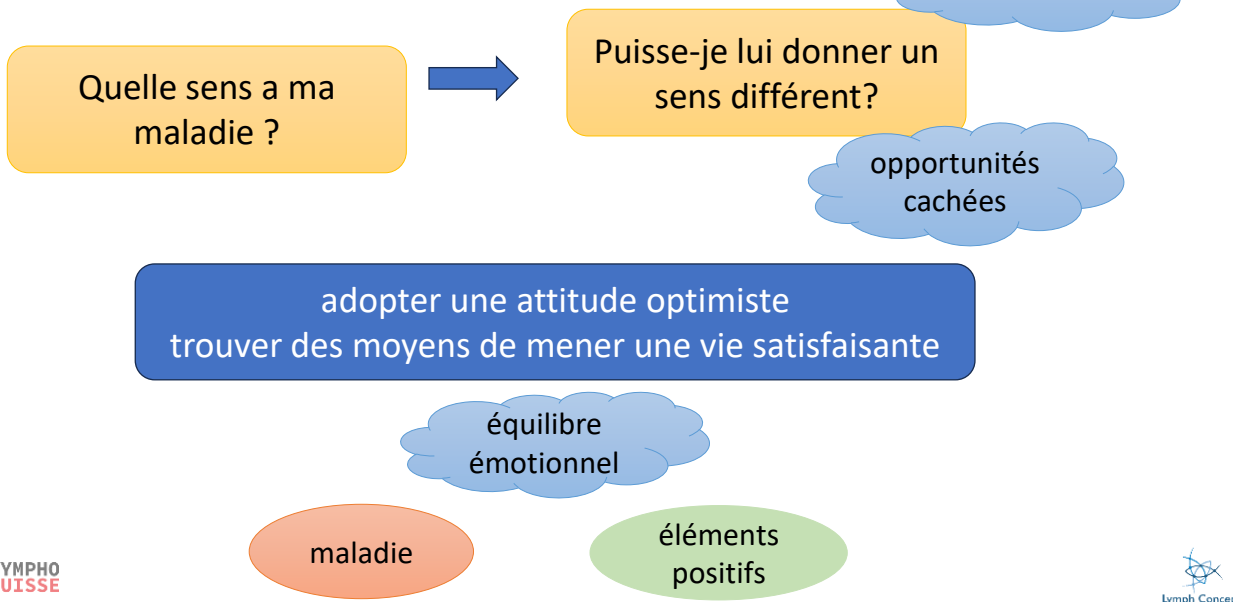
Découvrir les émotions de base



Emotion	Signal	Réaction primitive	Besoin
Peur	danger, menace	fuir	demander d'aide et de protection
Colère	frustration, obstacle	affrontement, combat	changer une situation
Tristesse	perte, manque	repli	réconfort, deuil, adaptation
Joie	plaisir, satisfaction	maintien de la situation	partage
Dégoût	Intuitive repousser	éviter, rejeter	changement, remplacement
Surprise	cohérent avec le contexte + / -	sursaut, stress émotion courte soudaine	+ : répétition, partage - : changer la situation

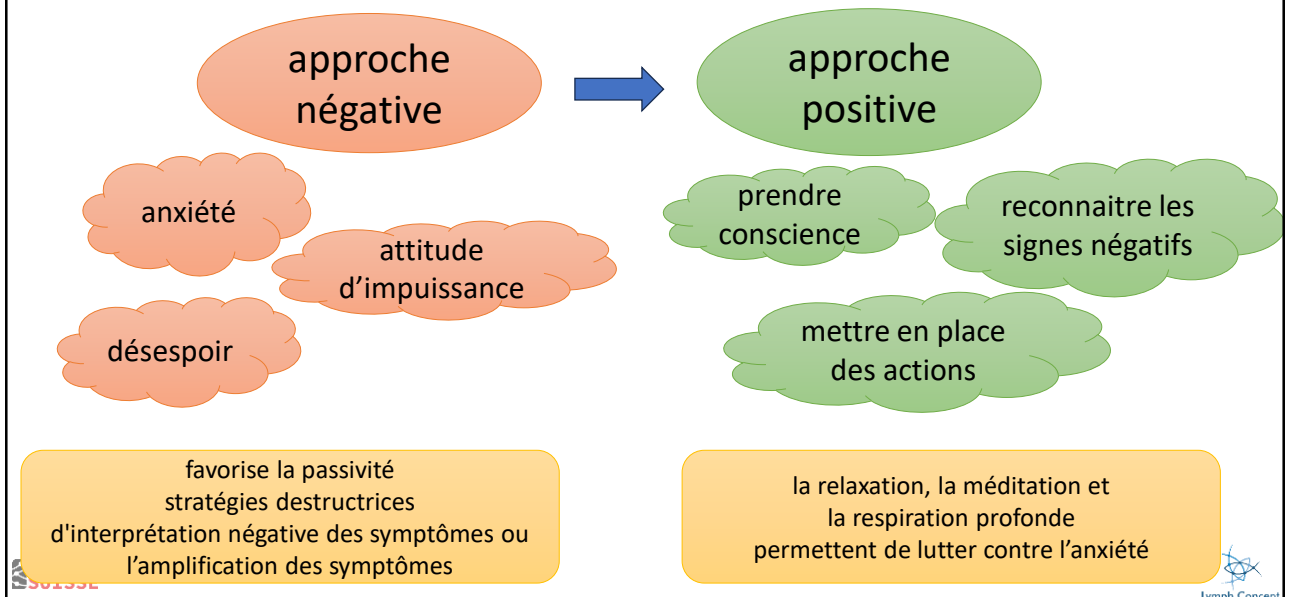
18

La redéfinition positive



21

Une approche positive



22

La communication ouverte

atténue le
sentiment de
solitude

à travers d'une approche flexible
pour répondre aux évolutions des
besoins du vis-à-vis

gestion des défis émotionnels

renforce le
soutien social

implication des
proches, la famille,
les amis

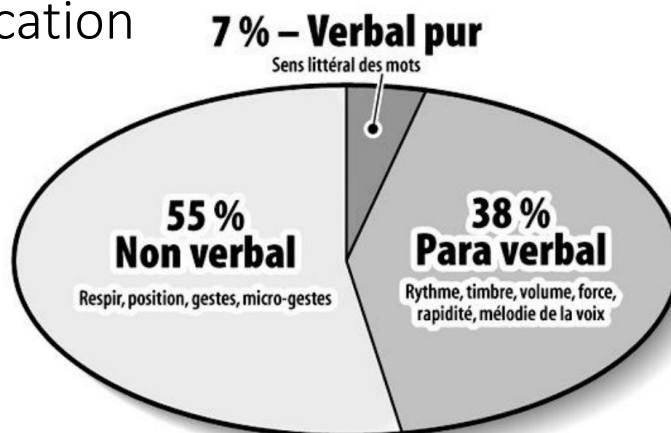
groupe de soutien

soutien
professionnel

identifier les
besoins

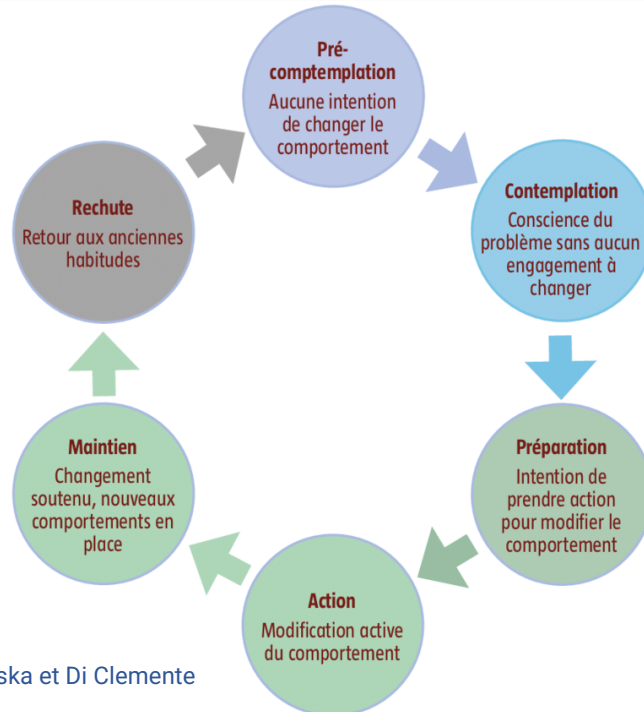
nommer les
émotions

La communication



Conception & mise en page de ©Martens Richard — 1^{er} septembre 1997, 22 & 23 février 1999, 26 juin 2000
D'après une étude américaine citée dans les formations de Programmation Neuro-Linguistique (PNL)

Les stades de changement de comportement



La relation thérapeutique: vos expériences

