

LA COMMUNICATION

Au début de la maladie, les problèmes de communication ne sont pas très graves. Au fur et à mesure que la maladie progresse, la personne n'a plus la même capacité de communiquer de façon verbale.

C'est à nous de s'adapter et de trouver des moyens pour se faire comprendre, de répondre à ses besoins, de lui permettre de rester en contact avec son environnement et de la confirmer dans sa dignité.

Dans cette relation avec l'autre, il est essentiel de pouvoir décoder le langage corporel de la personne atteinte, son non-verbal, et de reconnaître ce même langage sur soi. La personne atteinte est très sensible au contenu émotif de notre message. Elle peut donc modeler son comportement sur le nôtre : **Ce n'est pas ce que l'on fait qui importe, mais bien la façon dont on le fait.**

Conditions pour favoriser une bonne communication

- ✚ Bien comprendre et connaître les problèmes de communication de la maladie
- ✚ Connaître les goûts, les intérêts, les habitudes de la personne
- ✚ Accepter la personne telle qu'elle est avec ses limites, ses difficultés et ses forces
- ✚ Choisir le bon moment pour communiquer, ne pas déranger la personne
- ✚ Respecter le rythme de la personne, attendre avec patience la réponse à une question
- ✚ Tenir nos engagements envers la personne
- ✚ Être chaleureux dans nos contacts

L'APPROCHE

L'approche doit être centrée sur les besoins de la personne qui vit la maladie et privilégie **le moment présent.**

Moyens d'entrer en contact :

- ✚ Annoncer notre arrivée
- ✚ Approcher par l'avant pour ne pas surprendre la personne
- ✚ Établir un contact visuel
- ✚ Toucher la personne si elle accepte
- ✚ Nommer la personne par son nom
- ✚ Parler lentement, clairement (utiliser des mots simples, des phrases courtes)
- ✚ Éliminer tout bruit environnant qui pourrait déranger
- ✚ Demeurer calme (des mouvements brusques et rapides pourraient engendrer de l'agitation)

- ✚ Utiliser un ton de voix calme (un ton de voix trop fort pourrait être interprété comme de la colère)
- ✚ Utiliser votre non-verbal (l'expression de vos yeux, vos mimiques, votre sourire. etc.) pour vous faire comprendre
- ✚ Utiliser des objets réels pour illustrer vos propos ou pour appuyer votre message verbal

À ÉVITER

- ✚ Éviter de s'obstiner, de tenter de raisonner ou de convaincre à tout prix (aggrave la situation), la personne n'a plus la même capacité d'analyser, de comprendre, de raisonner
- ✚ Ne pas lui donner d'ordre (suggérer, inciter, mimer l'action)
- ✚ Ne pas lui interdire de faire quelque chose à moins que sa sécurité ou celle d'autrui ne soit en cause
- ✚ Ne jamais parler d'elle en sa présence ou ignorer qu'elle pourrait peut-être comprendre
- ✚ Ne jamais lui parler comme à un enfant, ainsi elle gardera sa dignité
- ✚ Éviter d'être non cohérent (Ex: dire des paroles rassurantes avec une voix forte)
- ✚ Ne pas insister sur les erreurs commises et éviter de la contredire, ainsi elle sera moins confrontée à ses pertes

À FAIRE DAVANTAGE

- ✚ Accueillir (écouter ce que la personne nous dit sans la contredire, même si ce n'est pas la réalité ni la vérité. C'est **SA** réalité, elle y croit et c'est important pour elle)
- ✚ Au lieu d'entrer dans une très grande discussion pour tenter de la rassurer, essayer de la rassurer du mieux que vous le pouvez (Ex: *Nous allons le chercher ensemble* ou *Ne t'en fais pas nous allons trouver une solution*)
- ✚ Valider les émotions (Ex: *Je te comprends d'être triste/en colère*)
- ✚ Après avoir pris le temps d'écouter et de rassurer la personne, on pourrait tenter de faire une diversion si cela est adéquat (Ex: *Viens avec moi on va aller te préparer un bon café* ou *Tu viens prendre l'air avec moi il fait très beau!*)

IMPORTANT DE SE RAPPELER

Les personnes atteintes d'une maladie neurocognitive conservent la capacité à ressentir des émotions tout au long de la maladie. Le cœur ne fait pas d'Alzheimer et il retient ce que la mémoire oublie

Pour plus de renseignements :
 Société Alzheimer de Québec
 Tél. : 418-527-4294
 Courriel : info@societealzheimerdequebec.com