|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Que faire en cas d’incompréhension ?**   * Montrer que vous reconnaissez les faits. * Rassurer votre proche. * Utiliser la diversion. * Utiliser la validation. * Mais ne pas fuir la communication.   **Comment dire non ?**  « *J’aimerais bien pouvoir mais* ... ».  « *C’est une bonne idée mais je ne peux pas maintenant ».*  « *Je crois qu’il fait trop froid aujourd’hui* ».  « *Peut-être une autre fois* ».  **Derniers éléments de réflexion**  Si votre proche est anxieux, agité et n’arrive pas à se faire comprendre, référez-vous aux besoins fondamentaux.  Si votre proche répète sans cesse la même chose, cela est souvent un signe d’angoisse. Prenez le temps de répondre plusieurs fois, de détourner ou de lui renvoyer gentiment la question.  Si vous observez un comportement/une confusion inhabituelle et que vous ne comprenez pas votre proche, cela peut exprimer un problème de santé (douleur, infection ...).  Vous pouvez être en relation avec votre proche sans parler, en étant « juste là » auprès de lui : la présence de l’autre est en elle-même rassurante et réconfortante.  **Pour en savoir plus**  Parenteau, P., La communication dans la maladie d’Alzheimer : une question de temps, de cœur et de contacts. La revue canadienne de la maladie d’Alzheimer, Novembre 2000, p.5-7.  <http://www.entreaidants.fr/articles/apprendre-a-communiquer-avec-un-proche-atteint-de-la-maladie-d-alzheimer>  <http://www.partenairegerontologie.fr/IMG/pdf/maladie_dalzheimer_l.essentiel_pour_les_aidants_t-becu_2014.pdf>  <http://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=alzheimer-conseils-famille-communiquer-avec-une-personne-atteinte-d-alzheimer>  <http://alz44.free.fr/INTERVENTIONS/DocteurBerlioz.pdf> (présentation intitulée « communication : comment comprendre un malade Alzheimer et comment s’en faire comprendre »)  **Les difficultés**  **de communication**  **avec son proche malade**  **Comment le comprendre et**  **comment s’en faire comprendre ?**  Réunion des familles  19 octobre 2015  Marie-Louise SAVAGE (psychomotricienne D.E.) |  | L’équipe du centre d’accueil de jour reste à votre disposition pour évoquer les éventuelles difficultés que vous rencontrez avec votre proche.  Néanmoins, n’hésitez pas à vous tourner vers d’autres structures et associations spécialisées dans l’accompagnement des aidants familiaux.  Vous trouverez ci-dessous les coordonnées de nos partenaires.  ***Accueil de Jour Joseph Weill***  **30 bis rue Santerre, 75012 PARIS**  **Tel : 01 43** 47 30 01 ou 06 64 37 50 50  [plateforme-repit-aidants@ose-france.org](mailto:plateforme-repit-aidants@ose-france.org)  68, rue des plantes, 75014 PARIS  Tel : 01 40 52 46 68  fraparisen@gmail.com  **Plateforme d’accompagnement**  **et de répit pour les aidants**  **Association**  **France Alzheimer** |  | *FOCSS-PG-CAJMM-W-01*    U:\Mes images\Photos Alzheimer\Démence.jpg  **Centre d’accueil de jour Marie de Miribel**  7-9 rue de l’Asile Popincourt, 75011 Paris  Tel : 01 48 06 70 25  caj.mariedemiribel@croix-saint-simon.org |

* Adapter le ton de sa voix : parler doucement, d’une voix ferme, basse et chaleureuse.
* Ne pas hésiter à toucher votre proche : lui prendre la main, l’épaule, le genou.
* Se positionner face à la personne, à son niveau.
* Si votre proche est assis, s’asseoir à sa hauteur ou se mettre à genou près de lui.
* Se mettre face à votre proche sauf si celui-ci est en colère/agressif. Dans ce cas, se mettre à côté de lui.
* Utiliser les gestes : mimer l’action à accomplir ou encore montrer la direction à prendre, l’emplacement d’un objet.
* Respecter les capacités et le rythme de votre proche.
* Favoriser des gestes doux et éviter les mouvements brusques.
* Réagir aux émotions de votre proche.
* Attention aux dissonances auxquelles votre proche est particulièrement sensible.
* Etre approbatif : signes de tête, verbalisations d’encouragement et d’approbation.

**Attitudes à éviter pour une communication de qualité**

* Ne pas parler de votre proche comme s’il n’était pas là : *« il ne va vraiment pas bien aujourd’hui ».*
* Eviter de corriger votre proche :
* Si la compréhension n’est pas altérée, cela est inutile.
* Reformuler éventuellement pour être sûr d’avoir compris.
* Eviter l’infantilisation qui est très dévalorisante pour votre proche et paralyse la relation.
* Ne pas interrompre votre proche et finir ses phrases à sa place, cela risquerait de le décourager.
* Eviter les interdictions et les négations.
* Eviter les communications en mouvement.
* Eviter de s’agacer ou de perdre son calme.
* Ne pas mobiliser votre proche sans lui parler.

**Attitudes à suivre pour une communication de qualité**

**Conseils environnementaux :**

* Eviter les bruits parasites/préférer un lieu calme.
* Choisir un moment propice pour communiquer :
* A quel moment votre proche est-il disponible ?
* Veiller à ce que qu’il ne soit pas trop fatigué.

**Communication verbale :**

* Parler lentement et calmement.
* Utiliser des termes simples.
* Faire des phrases courtes avec une seule idée.
* Ne pas hésiter à répéter plusieurs fois.
* Ne poser qu’une question à la fois.
* Privilégier les questions fermées (réponse par oui ou par non).
* Si cela n’est pas possible simplifiez le choix : préférez « tu veux boire de l’eau ou du jus de fruit ?» à « que veux-tu boire ?» voire montrez les fruits.
* Attendre la réponse.
* Si on parle d’un tiers, redire constamment son nom : éviter les « il » et « elle ».
* Aider discrètement votre proche s’il ne trouve pas ses mots. Vous pouvez éventuellement :
* Reprendre ses derniers mots pour l’aider à garder le fil de la conversation.
* Lui prêter des mots.
* Lui proposer de montrer les objets familiers.
* Reformuler vos propos avec patience et si nécessaire isoler les mots clés.
* Essayer l’écrit si l’oral est trop difficile.
* Relancer le discours quand la conversation faiblit.
* Anticiper les difficultés de son proche en adaptant son discours.
* Dédramatiser les difficultés/erreurs de votre proche.
* Essayer de valider, notamment en cas de propos délirants, sans entrer dans le délire de votre proche.

**Communication non verbale :**

* Regarder la personne dans les yeux.
* Porter attention à l’expression corporelle.

**Difficultés de communication et maladie d’Alzheimer**

**Les troubles liés à la maladie entravent la communication :**

* Les troubles du langage.
* Les troubles de la compréhension.
* Les difficultés attentionnelles.
* La perte de spontanéité et d’initiative.
* Les troubles du comportement.

**L’altération de la communication peut accentuer les troubles liés à la maladie :**

* Frustration de ne pas comprendre et de ne pas réussir à se faire comprendre.
* Incompréhension du monde environnant.
* Anxiété, désorientation, agitation, agressivité, colère… qui sont avant tout des manifestations de la maladie.

L’objectif est donc de désamorcer le cercle vicieux qui entretient les troubles de la communication et du comportement.



**Il reste cependant impératif de maintenir la communication avec votre proche.**

**En effet, la maladie n’amoindrit pas :**

* Les capacités à ressentir et à exprimer les émotions.
* La recherche d’affection.
* Le besoin et le plaisir d’être en relation.