

LA RENCONTRE ENTRE JEUNE ET SOIGNANT

Valérie Brasselet, psychologue

La rencontre entre un enfant ou un adolescent qui a un diabète et le soignant qui va l'accompagner pendant tout son apprentissage est un moment très important voir fondateur. Valérie Brasselet nous explique comment faire pour que cette rencontre se déroule le mieux possible.

La survenue du diabète donne naissance dans chaque famille à une nouvelle histoire de vie, qui commence le plus souvent à la maison, dans le cadre familial.

En tout premier apparaissent les symptômes qui alertent la famille et l'entourage (énurésie, soif intense, fatigue, amaigrissement, pâleur...).

Les seconds témoins sont généralement le pédiatre ou le médecin généraliste puis les urgences quand le jeune est au plus mal.

L'annonce du diagnostic nécessite toujours une hospitalisation pour le jeune, l'objectif étant de mettre en place les traitements adaptés à son diabète et de leur expliquer, à lui et à sa famille, ce qu'est le diabète, l'utilité de la surveillance (mesure de la glycémie) et son utilisation, le fonctionnement des insulines, l'adaptation des doses au quotidien et la place de l'alimentation.

Cette annonce du diabète est un moment de rupture. C'est un choc : un avant, un après, tout change, les repères sont bouleversés. Après le choc et l'effet de sidération, le jeune peut vivre des moments d'effondrement, des pertes de confiance et d'estime de lui-même. Il faut éviter que ces phénomènes négatifs ne s'installent. En prévision de ces risques d'effondrement et de destructivité à plus ou moins long terme, il va falloir très rapidement favoriser les chances de la créativité.

L'hospitalisation démarre par une rencontre. Ce moment est fondateur.

Le Professeur Philippe Jeammet, psychiatre, psychanalyste, dit que : « la qualité des rencontres est primordiale pour mettre en œuvre des forces créatrices ».

Ce moment est d'autant plus important qu'il se situe au moment de l'annonce, période à laquelle les familles sont très fragilisées, les émotions de tristesse, de culpabilité sont intenses et l'anxiété est majeure.

Cette rencontre va se faire au sein d'une équipe soignante, mais elle doit pouvoir se révéler et se co-construire entre deux personnes qui seront le jeune et un soignant référent désigné par l'équipe hospitalière. L'espoir est que ce soit une « belle » rencontre, une rencontre qui fonctionne.

C'est le plus souvent un pédiatre diabétologue et ça peut

aussi être une infirmière. De là, à partir de ce lien, va pouvoir naître l'approche créatrice. Il va falloir créer une relation de confiance, une réassurance du soignant vers le jeune de manière à ce qu'il puisse trouver sa place et s'autoriser à poser ses questions.

Au début, le jeune se laisse « porter » par ses parents, il les laisse parler, puis en grandissant, il se différencie progressivement d'eux et il cherche à exprimer ses besoins.

Si la rencontre a pu se faire, si le lien a pu se créer avec le référent, le jeune va savoir qu'on va apprécier et valoriser ses efforts et ses réussites pour prendre soin de lui de façon appropriée. Il saura s'il peut aussi s'autoriser à dire ses difficultés et ses moments de ras-le-bol en lien avec la maladie. Le but est de le valoriser, de l'admirer, de l'éclairer. Il s'agit de l'écouter, de ne pas le juger, de l'aider à trouver ses solutions pour qu'il soit partenaire du soignant et qu'il collabore pour une prise en charge optimale : « Avec tes glycémies actuelles, que penses-tu que tu pourrais faire ? » Il s'agit de créer une situation d'échanges avec le jeune. Le soignant pourra ainsi l'aider, de manière satisfaisante à se prendre en charge, et à renforcer positivement l'image de lui-même.

Plus le jeune se sent valeureux et compétent dans cette rencontre, mieux, il va chercher à se prendre en charge.

Philippe Jeammet dit : « en tant qu'être humain, on est bien, quand dans la rencontre qui est une création à deux, on a pu être porteur de quelque chose de nourrissant et que cela puisse continuer en l'autre. »

Il faut que ce lien soit de bonne qualité pour qu'il soit intériorisé. Intérioriser un bon lien donne confiance en soi.

Si la rencontre n'a « pas pu se faire » entre le jeune et le soignant (en d'autres termes, si le courant ne passe pas... pour diverses raisons) et que le jeune ne parvient pas à être dans une relation de confiance avec son référent, il peut être intéressant qu'il soit aidé à dire ce qui lui pose problème. Parfois, une discussion permet de vaincre les quiproquos et de mieux se comprendre.

Sinon, il peut changer de référent. Chacun est différent : le jeune n'est pas obligé de s'entendre avec tout le monde.

CONSEILS AUX PARENTS

par le Dr Marc de Kerdanet, pédiatre diabétologue, Rennes

Il peut être tentant pour les parents (selon l'âge auquel est survenu le diabète), de réaliser eux-mêmes les soins afin dans un même temps, de soulager l'enfant de ce trac et de s'assurer que les soins soient faits de façon appropriée. Cependant, afin que l'enfant puisse s'épanouir malgré ou à travers la présence de ce diabète et ne soit pas un simple « objet » de soins, il doit petit à petit prendre sa place « d'acteur » à part entière dans cette relation thérapeutique entre « équipe familiale » et équipe soignante. Il s'agit, ensemble, de l'accompagner dans cette autre façon pour lui de « devenir un grand ».

Dès le plus jeune âge, l'enfant a toute sa place dans la relation de soin, la famille peut le préparer à cette rencontre et l'encourager à s'exprimer directement avec le soignant et poser ses questions.

C'est aussi au soignant, à tout âge, de veiller à écouter et encourager l'enfant, si jeune soit-il, à entrer dans une relation personnelle avec le soignant, à côté des parents et en complément de leur propre échange avec celui-ci.

Parents et soignants ensemble, peuvent aider l'enfant à repérer ses progrès personnels même si ça n'est que « se laisser faire » et le féliciter au fur et à mesure de son implication, dans les soins ou de sa compréhension des attitudes à adopter.

A partir de 6-7 ans, (en niveau primaire) l'enfant pourra progresser dans l'appropriation des gestes techniques sous la surveillance des parents. Là encore, la consultation sera l'occasion de faire le point entre enfant, parents et soignants sur ses progrès et l'encourager en soulignant de façon positive qu'il accède ainsi peu à peu à ce statut « de grand ». C'est peu à peu que l'enfant deviendra l'interlocuteur prioritaire du soignant, qui échangera avec les parents dans un second temps sur les aspects plus « pratiques » des soins du diabète.

A l'âge du collège, c'est peu à peu la responsabilité elle-même des soins et non plus seulement leur réalisation technique que l'enfant devra prendre en charge.

En réalité, les soignants s'adressent toujours à une « équipe familiale de soins » et c'est important que parents et enfants soient présents à ce moment là. On peut alors en reparler ensemble à la maison pour mieux intégrer les différentes données abordées. Cependant, dans la mesure où il s'agit à la fois d'échanger sur la façon de « prendre soin de soi/de l'enfant » et de ce qui est de l'ordre du ressenti, il importe de savoir, et si besoin, ménager un temps individuel à chaque membre de cette équipe familiale.

La fin du collège et plus encore l'âge du lycée est celui où il est important d'accompagner l'émancipation du jeune et de lui faire confiance en favorisant, sur ce plan du suivi du diabète, des consultations seul à seul avec le soignant. Il est important de l'envisager, quel que soit l'âge auquel le diabète a débuté, selon votre fonctionnement familial et votre connaissance des besoins de votre ado. La présence des parents à une partie de la consultation ou pour un simple débriefing avec le médecin permet à l'adolescent de vérifier que ses parents continuent à s'inquiéter pour lui. C'est important !

Car si l'on entend parfois un : « lâchez moi ! » (un peu rugueux ...), il y a souvent aussi un : « mais ne me laissez pas tomber » ... qui n'est pas toujours dit !

INFORMATION

L'AJD vous propose un accompagnement psychologique parental, en face à face ou par téléphone, complémentaire à la prise en charge hospitalière.

Quand ? le vendredi de 9h30 à 18h.

Durée ? 45 minutes.

Comment ? en prenant rendez-vous :

par mail à valerie.brassellet@ajd-educ.org ou par téléphone au 01 44 16 89 89.

L'ADOLESCENCE, ON EN PARLE.



Valérie Brasselet, psychologue, vous répond.

Quand on est adolescent, il y a des moments sympas de rire, de fêtes, d'activités sportives, de retrouvailles entre amis, mais aussi des moments de ras-le-bol avec certains copains ou certaines copines avec qui on ne partage plus les mêmes idées. Des moments qui sont durs aussi avec les parents qui ne nous comprennent pas, sans oublier les frères et sœurs qui ont toujours des commentaires à faire sur tout et n'importe quoi.

À tout ça, on peut rajouter le diabète plus ou moins facile à gérer et qui peut parfois être sacrément prise de tête en fonction des périodes : des moments où il s'accepte et des moments où c'est l'enfer !

Quand on se sent seul avec ses questions, avec ses moments plus ou moins faciles à vivre, la solution peut être d'écrire. Tu as entre 12 et 25 ans, Valérie Brasselet répondra à toutes tes interrogations sur le diabète, mais aussi sur la vie, la famille, l'école, le premier emploi... dans chaque revue de l'AJD. Envoie ta question à valerie.brasselet@ajd-educ.org.

Bonjour, je m'appelle Victor, j'ai un diabète depuis 21 mois. Ça ne se passe pas facilement pour moi. Mes parents se disputent depuis que je suis petit et là, 6 mois après l'annonce du diabète, mon père a demandé le divorce à ma mère. Je ne sais pas du coup, si c'est ma faute, mais je ne sais plus quoi faire. Aidez-moi.

Âge : 12 ans

Bonjour Victor,

Il y a plusieurs choses dans ce que tu exprimes : tout d'abord le fait que depuis des années, tes parents se disputent, et ça c'est le problème de tes parents entre eux. Ça n'a rien à voir avec toi. Les adultes ont parfois, des difficultés de couple qui leur appartiennent et qui ne sont pas les tiennes.

Ensuite, il y a l'annonce du diabète depuis 21 mois et c'est un autre sujet difficile, mais ça n'a rien à voir avec les difficultés du couple de tes parents. Tu n'es absolument pas responsable de leurs soucis. Si ton papa demande le divorce maintenant, c'est que déjà, avant le diabète, il avait en tête de le demander à ta maman, diabète ou pas diabète.

Ce que tu pourrais faire, c'est leur en parler, leur dire ce qui t'inquiète, leur dire ce qui te rend triste, leur poser des questions sur ce que tu ne comprends pas. Cette discussion va être très importante pour toi et pour eux aussi, car peut-être, ils n'ont aucune idée de toutes tes inquiétudes.

Tu es quelqu'un Victor, d'essentiel pour tes parents et il est très important qu'ils sachent quand tu ne vas pas bien, comme ça, ils peuvent mieux t'expliquer et te rassurer. N'hésite pas à me recontacter pour me dire comment ça se passe.

Je suis Éliane et j'en ai marre. Rien n'est simple pour moi. Les cours, c'est chiant, le moral, je l'ai dans les chaussettes, pourtant j'ai des amis qui m'entourent, mais j'ai souvent honte de mon diabète et de mes crises d'hypos.

Âge : 14 ans

Bonjour Éliane,

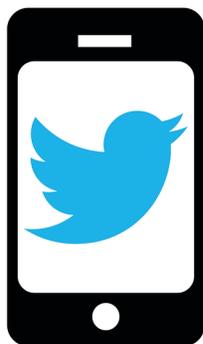
Je vois qu'il y a un grand ras-le-bol : les cours, le moral, le diabète et peut-être d'autres encore que tu oublies. J'imagine qu'à 14 ans, tu dois être en quatrième ou troisième. Ce ne sont pas des classes faciles, en plus on n'a pas toujours les profs que l'on veut et il faut travailler. Ta fatigue est normale.

Certains cours t'intéressent sûrement, d'autres moins. Tu as le droit de ne pas tout aimer. C'est la vie. Tu vas t'apercevoir qu'avec le temps, souvent, les choses deviennent plus simples, car en grandissant, tu pourras faire le choix de ta filière professionnelle, celle qui te permettra de t'accomplir. Il faut, c'est vrai, encore de la patience !

Tu abordes aussi, je l'entends, le ras-le-bol du diabète et des crises d'hypos et tu parles de honte. Je me demande en t'écoutant pourquoi tu es si dure avec toi ?

Les crises d'hypos, tu connais, tu peux en parler, c'est casse-pied et sûrement plus encore...

Ce qui me semble important dans ce que tu livres, c'est le fait que tu as su créer un cercle d'amis dont tu sais te faire entourer. Tu connais l'hypo, tu sais que les signes sont parfois désorganisés et non contrôlés, c'est ça qui te donne certainement ce ressenti de honte. Je pense qu'il faut bien que tu comprennes Éliane, que pour tes amis, c'est un détail ces comportements non maîtrisés. Ça n'est pas le diabète qui fait que les gens viennent ou non vers toi. Ce n'est pas le diabète qui fait qu'on te choisit. Tes amis t'ont choisi pour tes qualités, pour ta personnalité et pour ce que vous échangez mutuellement. Ils t'apportent des choses autant que toi tu leur donnes. C'est ça l'amitié, c'est un partage mutuel de toutes les expériences de chacun avec diabète, sans diabète et toutes autres problématiques. Si un de tes amis a un souci, quelque soit ce souci ou développe une maladie, on peut supposer que tu l'aideras tout autant et que tu ne le jugeras pas et bien pour tes amis c'est pareil. La honte, tu es seule à la ressentir quand tu fais une crise, tes amis, Éliane sache le, n'ont pas honte de toi. Ce qui est important pour eux, c'est d'être avec toi.



#lecourrierdesados

Venez réagir ou posez vos questions sur la page twitter de l'AJD (@AJDdiabete) tous les vendredis avec le hashtag #lecourrierdesados.

L'AJD VOUS PROPOSE AUSSI :

Un accompagnement psychologique pour les 12-25 ans au siège de l'association. L'objectif est de vous proposer un espace individuel privilégié et confidentiel pour échanger et être écouté.

- ✓ Quand ? le vendredi de 9h30 à 18h.
- ✓ Durée ? 40 minutes.
- ✓ Comment ? en prenant rendez-vous : par mail à valerie.brassellet@ajd-educ.org ou par téléphone au 01 44 16 89 89. Des rendez-vous en face à face ou par téléphone.