

## 2. Comprendre le processus d'adaptation des proches

Lorsqu'un trouble mental survient dans une famille ou dans un réseau, les proches doivent évidemment s'adapter. Cette capacité toutefois ne se développe pas toute seule, mais plutôt à travers une série d'étapes, conjuguée à la reconnaissance des compétences et des forces ainsi qu'avec les interactions donnant l'opportunité de s'ajuster à la nouvelle situation (105). La mise en situation suivante illustre comment les intervenants peuvent influencer ce processus d'adaptation.

« C'est difficile d'avoir été si près d'elle et tout d'un coup de ne plus pouvoir l'être » (Proche)

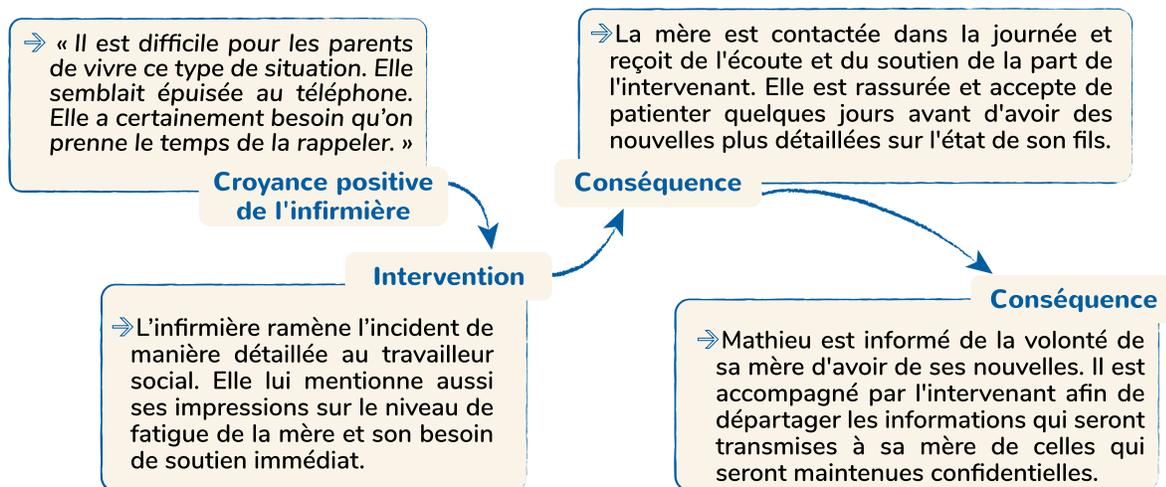
### Mise en situation

À l'aube du jour, une infirmière sur une unité d'hospitalisation en psychiatrie reçoit un appel d'une mère dont le fils, Mathieu, 21 ans, a été hospitalisé la veille. La mère lui explique qu'elle est paniquée, qu'elle n'a pas dormi beaucoup la nuit dernière ni depuis plusieurs semaines en fait. Elle pose des questions en rafale à l'infirmière afin d'avoir des nouvelles de son fils, mais cette dernière ne peut lui répondre, car Mathieu n'a pas encore donné son consentement au partage d'informations. La mère se montre insistante pendant quelques minutes, et devant le maintien du refus de l'infirmière, lui raccroche au nez après lui avoir dit que le système de santé est définitivement rempli d'incompétents. Encore plus ébranlée, la mère arrive difficilement à comprendre pourquoi il est si difficile d'avoir des nouvelles de son fils, pourquoi est-elle mise à l'écart ainsi? Elle décide de ne pas venir visiter son fils aujourd'hui, de peur de se faire à nouveau repousser.

### EXEMPLE A : Intervention



EXEMPLE B : Intervention



Ce qu'il est important de retenir ici est que dans **l'exemple A**, l'intervention auprès de la mère et les conséquences qui en découlent sont influencés par le regard négatif induit par l'échange téléphonique houleux. Ainsi, plutôt que de se blâmer de part et d'autre, la mère et l'infirmière pourraient **reconnaître que c'est la situation qui est difficile et non les personnes qui sont incompetentes ou mal intentionnées**. En effet, à la base de la volonté d'impliquer les proches, il y a la reconnaissance que ces derniers doivent affronter des situations auxquelles ils ne sont pas préparés et qu'ils peuvent vivre des émotions contradictoires par rapport à leur rôle dans la situation. Tout comme la personne traverse différentes étapes dans son rétablissement, le proche vit son propre parcours en parallèle et passe à travers des étapes nécessitant une adaptation. Certains parleront du rétablissement des proches, considérant que ce concept s'applique également à ces derniers, mais qu'il est vécu différemment (81–83).

En mettant de l'avant le type d'interprétation proposé dans **l'exemple B**, on évite d'affaiblir les liens entre tous, on fait alliance et on s'inscrit davantage dans une position d'ouverture et de collaboration (58). Pour l'intervenant, cela implique de prendre en compte les réalités dynamiques de chacun dans la relation d'aide et d'être attentif à ce qui peut potentiellement contribuer au rétablissement. Cela implique aussi d'accompagner les parties pour qu'elles puissent communiquer leurs besoins et négocier les responsabilités de part et d'autre de manière à ce que la réalité de chacun soit entendue et respectée dans la relation.