

2. Comprendre le processus d'adaptation des proches

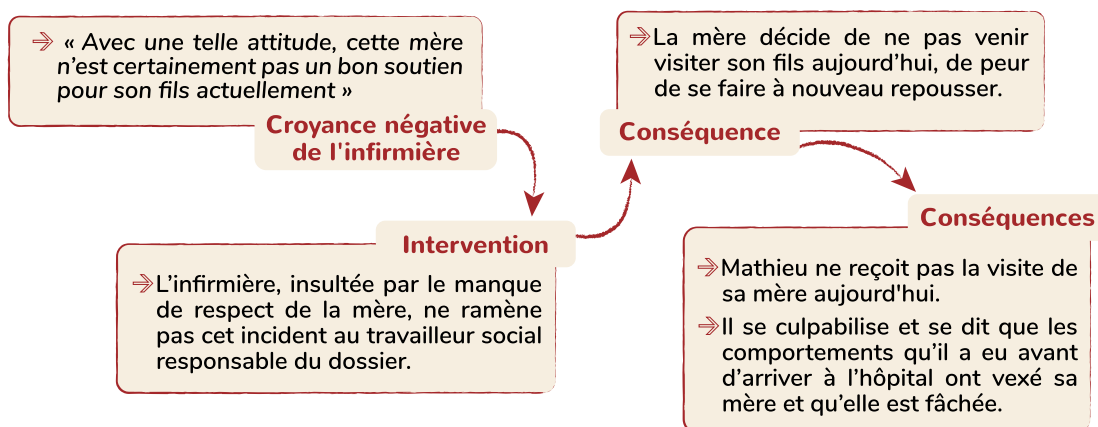
Lorsqu'un trouble mental survient dans une famille ou dans un réseau, les proches doivent évidemment s'adapter. Cette capacité toutefois ne se développe pas toute seule, mais plutôt à travers une série d'étapes conjuguées à la reconnaissance des compétences et des forces ainsi qu'à des interactions donnant l'occasion de s'ajuster à la nouvelle situation (106). 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)

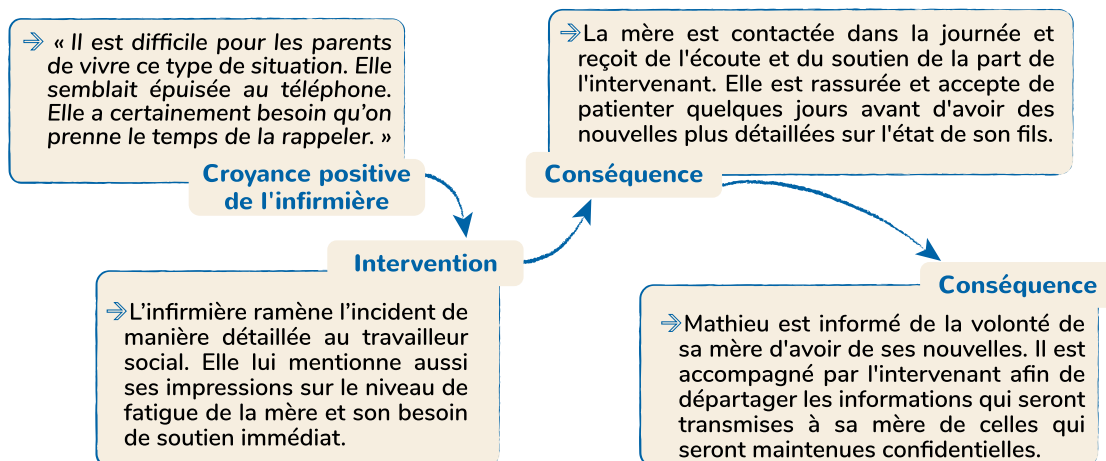
Mise en situation

Un matin à l'aube, une infirmière dans une unité d'hospitalisation en psychiatrie reçoit l'appel d'une mère dont le fils, Mathieu, 21 ans, a été hospitalisé la veille. La mère 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 Mathieu, mais cette dernière ne peut lui répondre, car il n'a pas encore donné son consentement au partage de renseignements. 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 manifestement rempli d'incompétents. Encore plus ébranlée, la mère arrive difficilement à comprendre pourquoi il est si compliqué d'avoir des nouvelles de son fils. Pourquoi est-elle mise à l'écart ainsi ? Elle décide de ne pas venir visiter son fils ce jour-là, de peur de se faire de nouveau repousser.

EXEMPLE A : Intervention



EXEMPLE B : Intervention



Ce qu'il est important de retenir ici, c'est que dans l'**exemple A**, l'intervention auprès de la mère et les conséquences qui en découlent ont été influencées par la conversation téléphonique houleuse qui a causé des perceptions négatives. Ainsi, plutôt que de rejeter le blâme de part et d'autre, la mère et l'infirmière auraient pu **admettre 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 prise en compte du fait 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 son adaptation. Certains parleront du rétablissement des proches, en considérant que ce concept s'applique également à ces derniers, mais qu'il est vécu différemment (82-84).

En privilégiant 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 contribuer au rétablissement. Cela exige aussi d'accompagner les parties pour qu'elles puissent communiquer leurs besoins et négocier les responsabilités de chacun de manière à ce que la réalité de tous soit entendue et respectée dans la relation.