

## Gérer l'aidant en fonction de sa personnalité – L'aidant angoissé

Comme dans la relation médecin-patient, les personnalités de chacun des individus en présence influent sur la relation médecin-aidant.

Parfois et paradoxalement, l'aidant, n'étant pas directement concerné, fait preuve d'une inquiétude plus importante que le patient lui-même. Il est angoissé, questionne beaucoup et attend constamment d'être rassuré.

### ➤ L'attitude à privilégier face à un aidant angoissé

- Faire preuve d'empathie : attitude souple, d'écoute bienveillante, centrée sur ses préoccupations
- Rassurer et expliquer plusieurs fois si nécessaire la pathologie, les symptômes et les conséquences

### ➤ Les écueils à éviter face à un aidant angoissé

- Le culpabiliser en lui disant que son angoisse, son stress vont avoir une influence négative sur le malade
- Adopter une attitude directive, qui entretient l'image mythique du « *médecin-sauveur* ». Elle peut être sous-tendue par une tentative d'identification directe de l'aidant au médecin : « *soyez fort comme moi* ». Ce type d'attitude donne des résultats inconstants, parfois négatifs.

### ➤ Le cas particulier de la consultation

- L'aidant angoissé peut demander beaucoup d'attention et de temps au professionnel de santé. De plus, la présence du médecin le rassure et il aura du mal à mettre fin à une consultation. Ayant besoin d'être écouté pour lui-même, il pourra utiliser ce temps normalement consacré au malade comme un déversoir. Pour autant, si l'écoute de l'aidant fait partie de la démarche médicale, elle ne doit pas devenir chronophage.

## Mettre fin à une consultation dans de bonnes conditions

- Interrompre en manifestant de l'empathie
- Récapituler ce qui a été dit ou fait
- Dire clairement que la consultation va prendre fin
- Proposer à l'aidant d'autres ressources, à même de répondre à ses problématiques. Ces ressources peuvent être matérielles – brochures détaillant la pathologie du proche, par exemple – ou humaines – psychologue, assistante sociale, etc.

Dr. Sylvie Gilot et Julie Vedovati, journaliste – HealthExperts

### *Référence*

- *André C., Lelord F., Légeron P., Chers patients... petit traité de communication à l'usage des médecins, Editions Le Quotidien du Médecin, Levallois-Perret, 1997, 141 pages*