



CAFÉ DES FAMILLES



Thématique: Gérer l'agressivité de mon proche

Vendredi 05 Septembre de 16h à 17h

Bienveillance

Ecoute

Soutien

Convivialité



Présenté par Elodie DEVANNE (psychologue coordinatrice)
en collaboration avec M. LE COZ (représentant du CVS)



Déroulement du café des familles:

- Accueil et présentation de chaque membre présent ce jour
- 1) Explication des objectifs du café des familles
 - 2) Rappel sur le rôle du CVS
 - 3) Quelques tips / ateliers sur le thème du jour:

Gérer l'agressivité de mon proche

- 4) Partage d'expériences, questionnements entre famille et proches
- Conclusion et choix du prochain thème





1) Le café des familles des Aubrières:

Ce qu'est le café des familles :

- Un temps convivial autour d'un goûter préparé par nos cuisiniers
- Pendant une heure (de 16h à 17h)
- Seulement entre proches
- Animé par la psychologue et le représentant des familles au CVS
- En salle d'animation
- Autour d'un thème choisi en amont
- Une fois par trimestre

L'objectif du café des familles :

- De créer un espace d'échanges, de paroles autour des difficultés d'avoir un proche en EHPAD
- De se rencontrer entre familles vivant la même situation, de partager ses expériences
- D'obtenir des informations et du soutien auprès de professionnel
- De passer un moment convivial autour d'un café/d'un thé



Soutien

Convivialité

Ecoute

Bienveillance





Ce que n'est pas un café des familles:

- Ce n'est pas une réunion du Conseil de la Vie Sociale (CVS), qui a un rôle officiel de représentation et de consultation.
- Ce n'est pas une instance de décision ou de gestion des plaintes.
- Ce n'est pas une consultation médicale ou un entretien individuel avec les professionnels.
- Ce n'est pas une réunion d'information descendante uniquement : l'échange et l'écoute mutuelle sont au cœur de la démarche



Soutien

Convivialité

Ecoute

Bienveillance



2) Le conseil de la vie sociale (CVS)

Il s'agit d'une instance de participation qui permet aux résidents, à leurs familles et aux représentants du personnel de s'exprimer sur le fonctionnement de l'établissement

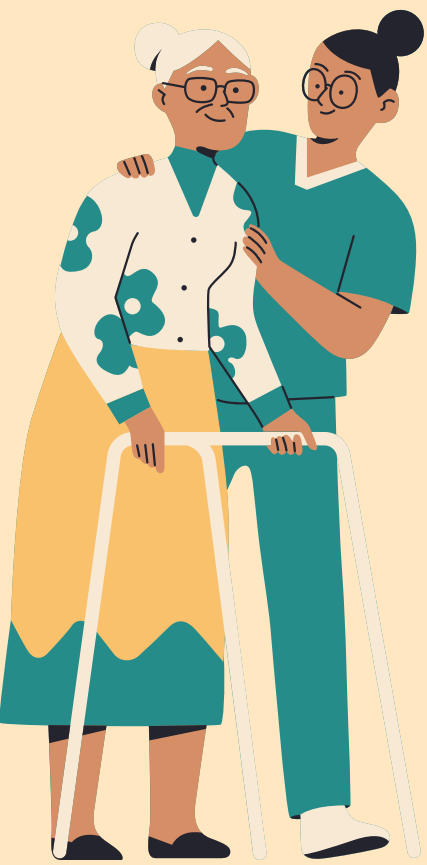
Il est généralement composé de représentants :

- des résidents ;
- des familles ou proches ;
- du personnel ;
- du médecin coordonnateur ;
- des bénévoles ;
- de la direction ;
- de la gouvernance de l'établissement

Il est consulté sur des sujets tels que :

- la qualité de vie des résidents ;
- l'organisation des activités et de l'animation ;
- la restauration ;
- les services proposés ;
- les projets de travaux ou d'aménagement ;
- le règlement de fonctionnement.

→ Le CVS se réunit régulièrement pour recueillir les avis et faire des propositions d'amélioration. Son rôle est **consultatif** : il ne prend pas les décisions finales.





Mon proche vit en EHPAD, a des troubles cognitifs, comment gérer son agressivité ?

Les troubles du comportement, symptôme des troubles cognitifs

Les troubles cognitifs peuvent être liés à différentes causes, notamment : la maladie d'Alzheimer ; d'autres maladies neurodégénératives comme la Démence à corps de Lewy ; des séquelles d'Accident vasculaire cérébral ou encore certaines maladies neurologiques (Parkinson)...

Ceux-ci peuvent créer des “troubles du comportement” :

Anxiété et peur
(Inquiétude excessive, questionnements répétitifs, Sentiment d'insécurité, Peur d'être abandonné ou volé...)

Troubles du sommeil
(Inversion du rythme jour/nuit, Réveils fréquents, Errance nocturne...)

Apathie
(Manque d'intérêt pour les activités, Réduction des initiatives, Retrait social...)

Désinhibition
(Familiarité excessive, Remarques déplacées, comportements inhabituels pour la personne)

Idées délirantes et hallucinations
(Croire qu'on lui vole ses affaires, Penser que des inconnus sont présents dans la chambre, Voir ou entendre des choses inexistantes...)

Agitation et/ou agressivité
(Nervosité, déambulation incessante, Opposition aux soins ou à l'aide, Colère, cris, agressivité verbale ou physique.)



Que signifie “agressivité” ?

L’agressivité est un comportement ou une attitude par laquelle une personne exprime une tension, une opposition, une colère ou une menace, envers elle-même, envers quelqu’un d’autre ou parfois envers un objet.

Elle peut prendre plusieurs formes :

Verbale : crier, insulter, menacer, parler de façon très hostile

Physique : pousser, frapper, donner des coups de pied, mordre, agripper

Non verbale : regard menaçant, gestes brusques, posture intimidante

Passive ou oppositionnelle : refuser systématiquement un soin, repousser la main d’un soignant, s’opposer fortement à une demande

Chez une personne ayant des **troubles cognitifs**, il est important de distinguer **l’agressivité du simple refus ou de l’agitation**. Un refus de toilette, par exemple, n’est pas nécessairement de l’agressivité.

Le comportement peut être une manière de dire « j’ai peur », « je ne comprends pas », « j’ai mal », « laissez-moi tranquille » alors que la personne n’arrive plus à exprimer clairement ce qu’elle ressent.





Jeux “sous la surface”



🎯 Le but

Associer trois cartes :

CE QUE JE VOIS → CE QUE MON PROCHE PEUT RESSENTIR → CE DONT IL PEUT AVOIR BESOIN
Il n’y a pas forcément une seule bonne réponse !



Jeux "sous la surface"



CARTE SITUATION:
"ce que je vois"

CARTE REACTION:
"ce dont il peut avoir
besoin"

**CARTE
SUPPOSITION:**
"ce qu'il peut
ressentir"



Un comportement n'est pas un message simple. Avant de réagir, je peux me demander:

Quel a été l'élément déclencheur de ce comportement ?

Qu'as pu ressentir mon proche ?

Quel est son besoin ?

Que puis-je faire pour l'apaiser ?



Comprendre ne signifie pas tout accepter. Un comportement violent doit être pris au sérieux et la sécurité de chacun doit être préservée.

Comment réagir au moment où il devient agressif?

Rester calme, parler lentement et avec des phrases courtes

Essayer de comprendre son comportement en observant ses réactions, ses remarques

Diminuer les stimulations: télévision, bruit, plusieurs personnes autour de lui → un endroit calme favorisera le calme

Eviter de le réprimander et de le culpabiliser, cela empirera la situation

Ne pas chercher à le convaincre ou à avoir raison. Avec des troubles cognitifs, argumenter peut augmenter l'angoisse

Garder une distance physique suffisante et éviter de le toucher si'il ne semble pas le supporter

Essayer de détourner son attention: changer de pièce, proposer une boisson, une promenade ou une activité qu'il apprécie

Parfois, passer le relai auprès d'un soignant ou, laisser son proche se calmer seul reste la meilleure réaction face à l'agressivité.



« Comprendre n'est pas excuser. »

Un comportement agressif peut être difficile, blessant ou impressionnant.
Mais chez une personne ayant des troubles cognitifs, il peut parfois être
une façon d'exprimer :
une douleur, une peur, une incompréhension, une frustration ou un
besoin.



Avant de penser :
« Pourquoi fait-il ça ? »

on peut essayer de se demander :
« Qu'est-ce qui se passe pour lui, à ce moment-là ? »



Et vous, comment avez-vous vécu ses situations ?

Qu'avez-vous ressenti?

Qu'est-ce qui a été le plus difficile pour vous dans ses situations ?

Comment avez-vous géré par la suite personnellement vos émotions?



Comment réagir après une situation d'agressivité ?

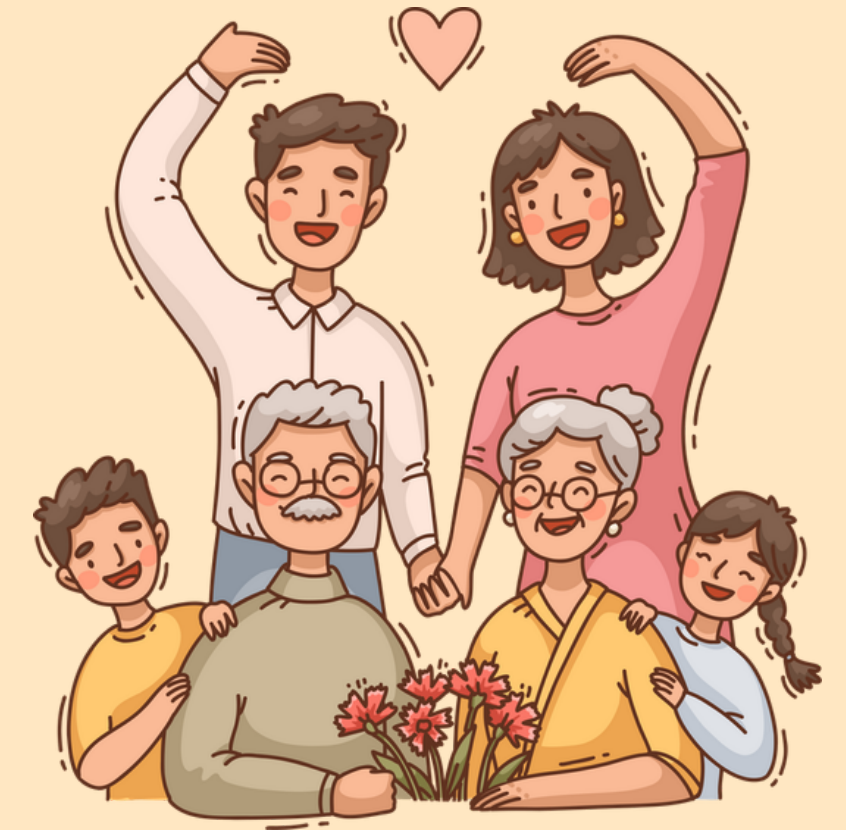
- Lorsque votre proche est en sécurité, **éloignez-vous** : sortez de sa chambre, allez dans un espace commun, dans le jardin ou sortez de l'établissement.
- **Respirez lentement** : inspirez 4 secondes, puis expirez 6 secondes. Faites-le 5 à 10 fois. L'expiration plus longue aide à faire redescendre la tension.
- **Dites-vous intérieurement** : « Cette situation est difficile, mais elle va passer. Je n'ai pas besoin de tout régler maintenant. »
- **Buvez un verre d'eau**, asseyez-vous, marchez quelques minutes ou écoutez une musique apaisante.
- **Ne restez pas seul avec cette situation.** Parlez-en autour de vous, à vos proches, à vos amis, aux soignants, à la psychologue de l'EHPAD.

Venez en parler au prochain café des familles





Merci de votre attention !



Quel thème pourrait vous intéresser pour le prochain café des familles?

