

PATHOLOGIES CHRONIQUES & SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

5 conseils pour aborder la prise en charge psychologique avec un patient ayant une pathologie chronique ou un risque de chronicité de sa pathologie

1

ABORDEZ PRECOCEMENT LA PRISE EN CHARGE PSYCHOLOGIQUE, AVEC TOUS VOS PATIENTS

- Une prise en charge pluriprofessionnelle et pluridisciplinaire est nécessaire
- Une prise en charge en parallèle avec un psychologue peut être nécessaire : cela permet de lutter contre le sentiment d'abandon que pourrait éprouver le patient

“

« D'autres professionnels sont nécessaires pour mieux vivre avec votre maladie »

”



L'aborder précocement permet de laisser le temps à votre patient d'y réfléchir : le délai entre le moment où vous abordez le sujet et le moment où il prend rendez-vous peut être long.

2

LEVEZ LE TABOU D'ALLER VOIR UN PSYCHOLOGUE

- Autorisez-vous à en parler avec lui
- Appuyez-vous sur des jeux de mots et son discours : « **j'en ai plein le dos** » permet au patient de verbaliser et vous permet d'identifier son besoin de soutien psychologique
- Proposez-lui des activités, sans pensée magique : activité physique, hypnose, sophrologie, ...
- Appuyez-vous sur l'expérience d'un autre patient afin de ne pas le rendre singulier : « **ce que vous me dites me fait penser que j'ai déjà orienté quelqu'un qui avait un vécu similaire vers un psychologue et cela l'avait aidé** »
- Poursuivez votre prise en charge si une prise en charge psychologique se met en place
- Indiquez dans le bilan adressé au médecin généraliste le besoin de soutien psychologique

Encouragez-le à consulter :

Amenez-le au questionnement, en lui montrant que vous avez conscience que la pathologie peut handicaper au quotidien : « **peut-être que votre douleur impacte votre vie privée, conjugale, ...** »



Mettez en avant l'apport du psychologue : « **il peut vous permettre de verbaliser ce que vous vivez et ressentez, d'exprimer des mots pour qu'ils ne se transforment pas en maux** »

3

LEVEZ LE FREIN FINANCIER

Dans le cadre du dispositif « **Mon soutien psy** », certains psychologues sont conventionnés : **12 séances sont alors prises en charge par année civile** (60% par la CPAM et 40% par la mutuelle) avec une avance de frais par le patient.



[En savoir plus sur le dispositif « Mon soutien psy »](#)



[Consulter l'offre de psychologues conventionnés](#)

4

RÉABORDEZ OU NON LE SUIVI PSYCHOLOGIQUE, C'EST VOUS QUI VOYEZ

- Autorisez-vous à lui en parler si vous êtes à l'aise pour le faire
- Cela dépend du patient, cela peut lui mettre la pression
- S'il a indiqué avoir commencé un suivi, il est plus facile de réaborder le sujet

Demandez-lui :

- **si la gestion de sa douleur est meilleure**
- **s'il perçoit une progression** (qui pourra aussi se ressentir au cours des soins)



5

ESPACEZ LES SEANCES SI NECESSAIRE

- Parfois ça ne va pas plus mal en espaçant les séances, cela permet d'envisager autre chose car le patient se rend compte que le problème est autre
- Valorisez-le : il est capable de faire ses exercices, il est de plus en plus autonome, on va vers un mieux.
- Soyez attentif à ne pas faire raisonner en lui « je vais mieux = je vais perdre le lien »

Il n'y a pas de solution « clé en main ». Tous les patients ne pourront pas être orientés.

MIEUX CONNAÎTRE LA PRISE EN CHARGE PSYCHOLOGIQUE POUR EN PARLER

« Une pelote de laine emmêlée à démêler »

- Le psychologue adopte une écoute active, demande pourquoi la personne vient, quel a été son déclencheur, et si elle a été orientée par quelqu'un
- Il laisse déposer ce que la personne veut déposer ; Il questionne sa demande, ses attentes
- Pour la personne, c'est l'occasion de déposer ses émotions, d'aborder le vécu émotionnel des situations, de faire le lien entre les tensions dans son corps et les choses qui ne sont pas exprimées
- Des outils de gestion du stress peuvent être utilisés : respiration, visualisation, ancrage positif, ... ainsi que des réorientations vers d'autres disciplines : sophrologie, ...
- Défaire des croyances et se faire reconnaître autrement : la personne est focalisée sur sa douleur, existe à travers sa douleur. Que va-t-elle devenir lorsqu'elle n'aura plus mal ?

LES AUTRES RESSOURCES SUR LESQUELLES S'APPUYER

- L'offre de psychologues du territoire :

Nom, Prénom	Commune
SERVANT Muriel	CHAILLE LES MARAIS (85450)
LEBRETON David	CHAMPAGNE LES MARAIS (85450)
HOTIER Amandine	L'ILE D'ELLE (85770)
SPARTOLI Gwenaëlle	L'ILE D'ELLE (85770)
BOISDET Clara	LA TRANCHE SUR MER (85360)
CARON ELODIE	LUCON (85400)
HUCTEAU Alexandra	LUCON (85400)
PAYER-HIBON SEBASTIEN	LUCON (85400)
PREVOT LAETITIA	LUCON (85400)
QUERCRON VALERIE	LUCON (85400)
DENIS Sylvia	MAREUIL SUR LAY DISSAIS (85320)
GRIMAUD Madeleine	MAREUIL SUR LAY DISSAIS (85320)
CHASSARD Agnès	MOUTIERS LES MAUXFAITS (85540)
LAUMONIER Nadia	MOUTIERS LES MAUXFAITS (85540)
GARNIER VERONIQUE	NALLIERS (85370)
BRAUD POITEVIN Virginie	SAINT JEAN D'HERMINE (85210)



[Cartographie santé mentale
du DAPS 85](#)



[Psychom : informe, oriente
et sensibilise](#)



Écoute professionnelle
et confidentielle
24h/24 · 7j/7
Appel gratuit

www.3114.fr



Financé par

l'Union européenne

NextGenerationEU

PATHOLOGIES CHRONIQUES & SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Vos notes