

# LA BIENTRAITANCE DES PERSONNES PROCHES AIDANTES: UNE RESPONSABILITÉ PARTAGÉE



Dans le parcours de la proche aidance, le risque de maltraitance envers les personnes proches aidantes (PPA) existe. Qu'elle soit intentionnelle ou non, la maltraitance envers les PPA se manifeste par l'absence d'actions appropriées, ou par une attitude ou un geste qui se produit une seule fois ou qui se répète. Elle provient des institutions, de l'entourage, de la personne aidée ou de la PPA elle-même. Elle peut évoluer dans le temps et prendre une ou plusieurs de ces formes :



|  |  |
|--|--|
| <b>IMPOSER LE RÔLE OU SURRESPONSABILISER</b>                             | <b>Entourage, institutions et personne aidée :</b> exiger la disponibilité de la PPA sans la soutenir. Exiger la qualité de l'aide donnée.<br><b>PPA :</b> s'imposer des standards élevés, irréalistes, etc.   |
| <b>PORTER DES JUGEMENTS</b>  | <b>Entourage, institutions et personne aidée :</b> critiquer, juger ou blâmer la PPA et sa manière de soutenir l'aidé.<br><b>PPA :</b> se sentir incompétente dans son rôle, etc.  |
| <b>NORMALISER LE RÔLE ET LA MALTRAITANCE VÉCUE</b>                       | <b>Entourage :</b> tolérer les comportements inadéquats de la personne aidée.<br><b>Entourage, institutions, personne aidée et PPA :</b> excuser la maltraitance.  |
| <b>NIER L'EXPERTISE ET LA CONTRIBUTION FAMILIALE ET SOCIALE</b>          | <b>Entourage, personne aidée et PPA :</b> ne pas reconnaître l'ampleur du rôle de PPA, ses conséquences, etc.<br><b>Institutions :</b> minimiser l'expertise de la PPA, l'écartier des décisions, remettre en question ses décisions, etc.   |
| <b>NIER LES BESOINS</b>  | <b>Institutions et entourage :</b> prioriser les besoins de la personne aidée au détriment de ceux de la PPA.<br><b>PPA :</b> ne pas considérer ses propres besoins.<br><b>Personne aidée :</b> ne pas se rendre compte des besoins de soutien, de répit ou autres de la PPA, etc.   |
| <b>UTILISER LA VIOLENCE VERBALE, PSYCHOLOGIQUE, PHYSIQUE OU SEXUELLE</b> | <b>Personne aidée :</b> lancer des objets, donner des coups, mordre, infliger des blessures, obliger ou priver de rapports sexuels.<br><b>Institutions, entourage et personne aidée :</b> intimider, menacer ou lui parler avec condescendance<br><b>Institutions :</b> médicamenteux les personnes pour des problèmes de sommeil, d'anxiété, de douleur, d'anxiété ou d'alimentation au lieu de tenir compte de la cause de ses problèmes (épousement, maltraitance ou autre), etc.<br><b>PPA :</b> se culpabiliser, se sentir responsable de tout, accepter des violences psychologiques, physiques ou sexuelles, etc. |
| <b>CONTRIBUTION À L'APPAUVRISSSEMENT</b>                                 | <b>Personne aidée et entourage :</b> ne pas reconnaître l'impact financier de la proche aidance, ne pas contribuer aux dépenses, etc.<br><b>Institutions :</b> Le fait que certains services de soutien sont payants.  |



## DES CONSÉQUENCES DE LA MALTRAITANCE DIFFICILES À DISSOCIER DES CONSÉQUENCES DE LA PROCHE AIDANCE



- > Tristesse
- > Anxiété
- > État d'épuisement psychologique
- > Inquiétudes, peur, méfiance ou insécurité
- > État dépressif
- > Peur de son propre vieillissement
- > Diminution de l'estime de soi
- > Culpabilité
- > Sentiment d'impuissance
- > Détresse



- > Isolement social
- > Sentiment d'être incompris-e



- > Relation interrompue avec les enfants
- > Tensions au sein de la famille

## DÉFINITION DE LA BIENTRAITANCE

La bientraitance envers les PPA est une démarche d'accompagnement globale. Elle vise à promouvoir leur soutien, à favoriser l'écoute de leurs besoins et à valoriser leur apport, leurs expériences et leurs expertises dans la vie quotidienne afin de prévenir la maltraitance.

## MOYENS POUR PRÉVENIR LA MALTRAITANCE ET FAVORISER LA BIENTRAITANCE

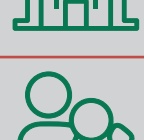
- > Sensibiliser tant les PPA, leur entourage, les institutions, les décideurs publics et la population ;
- > Adapter les messages aux communautés ethnoculturelles et autochtones ;
- > Déconstruire les préjugés : la maltraitance concerne aussi les PPA et non seulement les aîné-es ;
- > Éviter la victimisation de la part de tous ;
- > Sensibiliser au fait que la bientraitance est un droit et non un privilège ;
- > Favoriser la reconnaissance du rôle de PPA.



SOCIÉTÉ/COMMUNAUTÉ



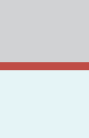
POLITIQUES SOCIALES



INSTITUTIONS



PERSONNE AIDÉE ET ENTOURAGE



PPA



- > Valoriser le rôle des PPA ;
- > Valoriser l'entraide et la solidarité intergénérationnelles et le bon voisinage ;
- > Prioriser la qualité de vie dans la dignité plutôt que la longévité ;
- > Déstigmatiser la maladie, le vieillissement ou le handicap ;
- > Sensibiliser le milieu académique, les milieux de travail, le milieu municipal et judiciaire.



- > Dénoncer les coupures dans les services sociaux et de santé en expliquant leurs conséquences ;
- > Intervenir avant que la maltraitance familiale évolue en maltraitance envers la PPA ;
- > Financer les organismes communautaires pour soutenir les PPA vivant de la maltraitance ;
- > Mettre en place une politique pour les PPA, arrimer les différentes mesures dont financières ;
- > Mieux expliquer les droits des PPA et les aspects légaux du rôle.



- > Former les corps professionnels à la bientraitance envers les PPA et aux savoir-être et savoir-dire avec les PPA ainsi qu'au savoir-être et au savoir-faire à adopter envers elles ;
- > Permettre aux professionnels de défendre publiquement la cause des PPA ;
- > Sensibiliser au fait que les PPA peuvent aussi vivre de la maltraitance ;
- > Sensibiliser les intervenants à tenir compte de l'expertise des PPA et de leurs choix ;
- > Inclure la PPA dans le plan d'action de la personne aidée ;
- > Mettre en place un plan d'action adapté à la PPA pour la soutenir dans son rôle ;

- > Créer un guichet unique d'identification et de référencement des PPA.
- > Concevoir un outil de repérage de la maltraitance envers les PPA ;
- > Modifier la notion de confidentialité afin de tenir compte de la réalité des PPA ;
- > Mettre sur pied des services d'intervention et de défense des droits pour les PPA ayant vécu de la maltraitance ;
- > Élargir, bonifier, assurer la continuité relationnelle et la flexibilité des services gratuits pour les personnes aidées et les PPA, incluant lors des périodes de transition ;
- > Bonifier les services à domicile et des offres d'hébergement abordables qui incluent des comités de PPA ;
- > Bonifier l'offre de transport en commun et de transport adapté.



- POUR CELLES AYANT LES MOYENS COGNITIFS :**
- > Sensibiliser la personne aidée et l'entourage au rôle et aux besoins des PPA et à leur potentiel épuisement ;
- > Encourager la gratitude de la personne aidée et de l'entourage envers la PPA ;
- > Mettre en place des interventions individuelles, familiales ou de groupe pour travailler sur la relation entre la PPA et la personne aidée/entourage en contexte de maltraitance, sans tenter de trouver un coupable ;

- > Encourager l'entourage à agir comme proches aidants secondaires et à participer aux coûts ;
- > Proposer des outils et des alternatives pour remplacer le comportement maltraitant.



- > Informer les PPA que la bientraitance est un droit ;
- > Informer les PPA des services d'aide, incluant les ressources communautaires et financières, et des recours disponibles dès le début du parcours ;
- > Expliquer les risques et les conséquences de la maltraitance ;
- > Accompagner les PPA pour mettre en place des stratégies préventives : accepter de demander de l'aide, accepter le répit, mettre des limites claires, etc. ;
- > Accompagner les PPA pour mettre en place des stratégies d'intervention pour leur apprendre à se protéger, les aider à prévoir un endroit sûr où se réfugier en cas de crise ;

- > Accompagner les PPA à s'autovaloriser, à se respecter, à reconnaître leurs compétences, sans toutefois tomber dans le souci de la performance ;
- > Accompagner les PPA à se reconnaître, à s'identifier comme PPA et à en être fières ;
- > Proposer diverses activités en lien avec l'autobientraitance : prendre un peu de temps pour soi, aller à des activités de loisirs adaptés aux situations des PPA, permettre du répit ;
- > Concevoir un outil d'auto-dépistage à de la maltraitance.

## DES OUTILS FAVORISANT LA BIENTRAITANCE



Une affiche pour ouvrir la discussion sur le parcours de la PPA et les risques de maltraitance.

Un guide qui permet l'animation d'un atelier de sensibilisation

Des dépliants pour sensibiliser les acteurs concernés

Télécharger les outils : <https://procheaidance.quebec/soutenir-personnes-proches-aidantes/>

## LES POINTS À RETENIR

- > La maltraitance envers les PPA existe. Elle peut se présenter sous 7 formes et entraîne des conséquences importantes pour les PPA qui la vivent ;
- > Il existe plusieurs actions possibles pour favoriser la bientraitance à l'égard des PPA ;
- > Il faut agir au niveau des individus, mais, aussi au niveau des contextes politiques, institutionnels, sociaux et culturels ;
- > La formation, la sensibilisation, l'amélioration du réseau de la santé, des services sociaux et communautaires, le développement des services et des mesures de soutien aux PPA sont des avenues à privilégier.

Références: Sophie Ethier, Marie-Béatrice, Mélanie Perron, Anna Andriani, Mélie Fortin, France Boileau, Marie-Claude Guay (2020). Favoriser la bientraitance pour que proche aidance ne rime plus avec maltraitance. Intervention, Regard sur la diversité des viages de la proche aidance en 2020 (151), 33-46.