

**Prendre soin de soi, de l'autre et du couple, un défi continu en contexte de cancer**

Louise Picard, Ph.D., t.s.  
 Professeure, École de service social, Faculté des sciences sociales, Université Laval  
 Chercheure, Centre de recherche du Centre hospitalier universitaire de Québec (CRCHUQ)

Journées annuelles en santé mentale, « De la rupture à la croissance »  
 16 mai 2012




---

---

---

---

---

---

---

---

**Pourquoi se préoccuper des couples ?**

- Le conjoint est souvent la première source de soutien pour la personne atteinte de cancer
- 15 à 50% des couples sont à risque de vivre de la détresse au cours de la trajectoire de la maladie  
(McLean et al, 2007; Zaider & Kissane, 2011)
- Une majorité de personnes atteintes de cancer aimerait discuter de leurs besoins d'intimité et de leur sexualité avec les professionnels de la santé  
(Hordern & Street, 2007)
- Pourtant, les services de soutien continuent d'être principalement centrés sur la personne atteinte du cancer sur une base individuelle  
(Zaider & Kissane, 2011)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Objectifs de l'atelier**

*Objectif général:*

- Comprendre la singularité de l'expérience des couples en contexte du cancer et du soutien à leur apporter

*Objectifs spécifiques:*

- Comprendre en quoi et comment ils sont affectés.
- Identifier les défis spécifiques et communs qu'ils ont à relever
- Dégager des paramètres utiles pour guider le soutien des professionnels de la santé

---

---

---

---

---

---

---

---

## Plan de l'atelier

*Ce que nous savons de l'expérience des couples en contexte du cancer:*

- Les principales préoccupations au sein du couple
- Les facteurs qui influencent la qualité de vie du couple
- Les défis communs rencontrés dans leur vie quotidienne

*Ce qui devrait nous guider dans le soutien à leur apporter:*

- Les paramètres du soutien

4

---

---

---

---

---

---

---

---

## Ce que nous savons de l'expérience des couples en contexte du cancer

5

---

---

---

---

---

---

---

---

## Évolution des connaissances

*Perspective individuelle:*

- Les impacts du soutien du conjoint sur la personne atteinte de cancer
- Les impacts sur le partenaire non atteint

*Perspective dyadique et systémique – le couple comme unité:*

- Les facteurs qui influencent la qualité de vie du couple et son ajustement

6

---

---

---

---

---

---


---

---

## La survenue d'un cancer :

Une rupture dans la vie quotidienne du couple

- ✓ La réassignation des rôles
- ✓ La communication
- ✓ La sexualité
- ✓ L'inconnu et l'incertitude de l'avenir du couple



(Hagedoorn, Sanderman et al., 2008; McLean & Jones, 2007)

7

---

---

---

---

---

---

---

---

## Des préoccupations individuelles en écho

<b>Conjoint atteint:</b>	<b>Conjoint non atteint:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Composer avec les multiples pertes, les effets de la maladie et des traitements</li> <li>◦ Apprivoiser la peur de mourir, l'incertitude de son avenir</li> <li>◦ Vivre avec la peur de devenir un fardeau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Voir son conjoint souffrir et se sentir impuissant</li> <li>◦ Apprivoiser la possibilité de perdre son conjoint</li> <li>◦ Assumer le rôle d'aidant et les responsabilités sans s'épuiser</li> </ul>

8

---

---

---

---

---

---

---

---

## Une diversité de facteurs d'influence

(Picard & Dumont, 2011)

Dimensions	Facteurs
<b>Physique</b>	Sévérité des impacts biopsychosociaux de la maladie et des traitements
<b>Individuelle</b>	Caractéristiques et antécédents personnels Gestion individuelle du stress
<b>Relationnelle</b>	Style d'attachement du couple Qualité de la relation d'intimité avant, pendant et après
<b>Interactionnelle</b>	Patrons de communication dans les échanges Gestion dyadique du stress
<b>Développementale</b>	Cycles de vie individuel, conjugal et familial
<b>Existentielle</b>	Construction de la signification de l'expérience chez le couple
<b>Environnementale</b>	Sources de soutien social et la réponse aux besoins Système de croyances et la culture ambiante

9

---

---

---

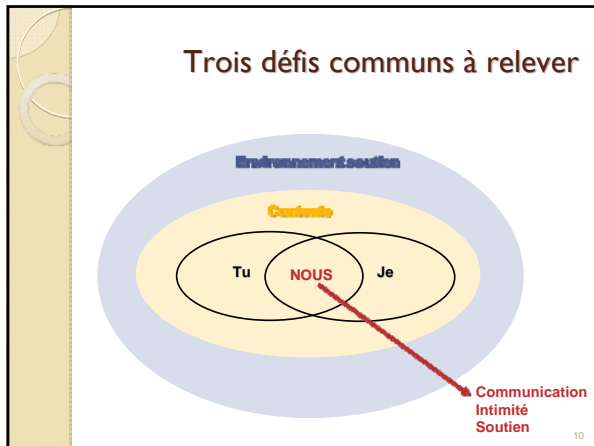
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

### Défi et écueils liés à la communication

**Défi:**

- Développer un dialogue (à propos du cancer) qui favorise le maintien et la reprise de leur bien-être

**Écueils:**

- Le désir d'épargner l'autre ou de se protéger des émotions négatives, des contrariétés et des conflits et la conspiration du secret/silence
- La fausse croyance en la nécessité de garder une façade d'optimisme pour maintenir l'espoir

(Manne, Ostroff, Norton et al., 2006)

11

---

---

---

---

---

---

---

---

### Des comportements incompréhensibles ????

Que se cache-t-il derrière la façade de l'optimisme?

12

---

---

---

---


---

---

---

---

## Défis et écueils liés à l'intimité



**Défis:**

- Comprendre chacun dans ses besoins et dans la singularité de son expérience
- Accepter les différences
- Maintenir des activités communes qui font du bien

**Écueils:**

- La fermeture aux contacts affectifs, sensuels et sexuels
- La mise de côté des aspects de la vie intime du couple pour se consacrer aux aspects concrets de « la maladie »

(Manne & Badr, 2010; Manne, Ostrof, Rini et al., 2004)

13

---

---

---

---

---

---

---

---

## La vie intime réduite au cancer


VS


...prendre du temps pour se faire du bien

Se centrer sur la maladie...

14

---

---

---

---


---

---

---

---

## Défi et écueils liés au soutien



**Défis:**

- Maintenir un équilibre dans le «donner et recevoir» entre les conjoints

**Écueils:**

- Infantiliser la personne atteinte de cancer
- Mettre de côté ses propres besoins pour se dédier à ceux de l'autre

(Kuijer, Buunk, Ybema & Wobbes, 2002)

15

---

---

---

---

---

---

---

---

### La croyance liée au soutien « idéal »



VS



...Faire équipe

Tout prendre en main...

16

---

---

---

---

---

---

---

---

### Synthèse de la première partie

**Prendre soin de soi et de l'autre:**

- Être considérés et se considérer dans ses besoins respectifs
- Être validés (compris et acceptés) dans son expérience et ses différences (besoins, attentes, émotions, stratégies adaptatives etc.)
- Maintenir un équilibre entre prendre du temps pour soi, pour l'autre

**Prendre soin du couple:**

- Partager ses pensées et sentiments intimes en toute sécurité
- Prendre du temps pour vivre des activités communes qui font du bien
- Redéfinir et réaliser des projets communs adaptés au contexte

(Zaider & Kissane, 2011)

17

---

---

---

---

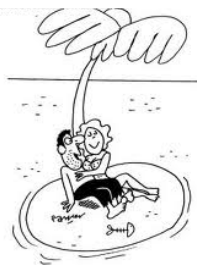
---

---

---

---

### Trouver ou retrouver « l'île du couple »



Occuper sa « plage » de plaisirs...

(Zaider & Kissane, 2011)

18

---

---

---

---

---

---

---

---

Ce qui devrait nous guider dans le soutien à leur apporter

19

---

---

---

---

---

---

---

---

Paramètres du soutien

- ✓ Adopter une vision globale de la situation du couple
- ✓ Miser sur les forces et les compétences du couple
- ✓ Partir de la préoccupation du couple
- ✓ Faire progresser l'aide en fonction de ce qui les aideront à se comprendre et à donner un sens à ce qu'ils vivent
- ✓ Travailler en équipe

20

---

---

---

---

---


---

---

---

Adopter une vision globale de la situation du couple

La prise en compte des déterminants de leur situation et des ressources disponibles pour le résoudre



21

---

---

---

---

---

---

---

---



## Miser sur les forces et les compétences du couple

- Renforcer le couple en le rendant plus compétent à résoudre ses problèmes et à maintenir le bien-être individuel et la qualité de vie du couple

22

---

---

---


---

---

---

---

---



## Partir de la préoccupation du couple

- Le terrain commun qui permet la création de l'alliance
- Travailler avec ce qu'ils sont prêts à faire et veulent faire
- Respecter leur rythme

23

---

---

---


---

---

---

---


---



## Faire progresser l'aide en fonction de ce qui les aideront à se comprendre et à donner un sens à ce qu'ils vivent

- ✓ Accueillir la préoccupation et orienter si besoin
- ✓ Informer sur la maladie, les traitements, les ressources
- ✓ Apprendre à communiquer de manière constructive, authentique leurs pensées, émotions et sentiments et à résoudre les problèmes ensemble
- ✓ Élargir leur répertoire de stratégies pour maintenir ou reprendre leur bien-être et leur qualité de vie
- ✓ Modifier leurs façons de penser et leurs croyances
- ✓ Accompagner la quête d'une signification commune à leur expérience et la redéfinition de leurs priorités
- ✓ Référer pour une aide psychologique individuelle etc...

(Adaptation de Pinosof, 2005)



24

---

---

---

---

---

---

---

---





## Travailler en équipe

- Dépister les couples en besoin
- Faire appel aux expertises professionnelles les plus pertinentes pour évaluer la situation du couple et intervenir sur les facteurs qui empêchent la résolution du problème et la reprise du bien-être/qualité de vie
- Être bien situé dans son rôle, ses possibilités et ses limites

25

---

---

---

---

---

---

---

---



## Conclusion

- Une possibilité de grandir comme couple dans cette épreuve
- Une diversité de sources de soutien à harmoniser

26

---

---

---

---

---

---

---

---



## Références

- Hagedoorn, M., Sanderman, R., Bolks, H.N. et al. (2008). Distress in couples coping with cancer: a meta-analysis and critical review of role and gender effects. *Psychology Bulletin*, 134(1), 1-30.
- Hordern, A.J., & Street, S.F. (2007). Constructions of sexuality and intimacy after cancer : Patient and health professional perspectives. *Social Science & Medicine*, 64, 1704-1718.
- Kuijter, R.G., Buunk, B.P., Ybema, J.F., & Wobbes, T. (2002). The relation between perceived inequity, marital satisfaction and emotions among couples facing cancer. *British Journal of social psychology*, 41, 39-56.
- Manne, S.L., Ostroff, J., Norton, T.R., Fox, K., Goldstein, L. & Grana, G. (2006). Cancer-Related Relationship Communication In Couples Coping With Early Stage Breast Cancer. *Psycho-Oncology*, 15, 234-247.

27

---

---

---


---

---

---

---

---



## Références

- Manne S., Ostroff J., Rini C., Fox, K., Goldstein, L., & Grana, G. (2004). The Interpersonal Process Model of Intimacy: The Role of Self-Disclosure, Partner Disclosure, and Partner Responsiveness in Interactions Between Breast Cancer Patients and Their Partners. *Journal of Family Psychology*, 18(4), 589-99.
- McLean, L.M., & Nissim, R. (2007). Marital therapy for couples facing advanced cancer : Case review. *Palliative and Supportive Care*, 5, 303-313.
- Pinsof, W.M., & Lebow, J.L. (2005). *Family Psychology. The art of the science*. N-Y: Oxford University Press.
- Zaider, T.I. & Kissane, D.W. (2011). Couples Therapy in Advanced Cancer: Using Intimacy and Meaning to Reduce Existential Distress. In Maggie Watson and Davis W. Kissane, *Handbook of Psychotherapy in Cancer Care*. N-Y: John Wiley & Sons.

28

---

---

---

---

---

---

---

---