

## LE DISQUE DES BESOINS, UN OUTIL POUR LE SOUTIEN DES FAMILLES

Janvier 2015

Docteur Christophe PETITJEAN

[www.lebesenfamille.fr](http://www.lebesenfamille.fr)

[disquedesbesoins@orange.fr](mailto:disquedesbesoins@orange.fr)

Voici quelques éléments pour approfondir :

### 1 LES ELEMENTS DU CONTEXTE

#### 1-1 Les effets du cancer sur la famille

Quand le cancer atteint un membre de la famille, tout le système familial (2) est touché.

De nombreuses publications décrivent ces bouleversements (3).

Ces bouleversements ont la particularité d'être :

- Variés, atteignant les domaines intra psychiques personnels, relationnels et communicationnels, organisationnels et matériels, touchant aussi les places et les rôles, les projets etc.
- Difficiles à observer du fait des mécanismes d'adaptation ou de défense de chacun.
- Etalés dans le temps et quelque fois retardés (Dépression ou décompensation après le traitement, la guérison de la personne malade...).

L'angoisse générée par l'irruption de la maladie cancéreuse va mobiliser tous les mécanismes de défense des membres de la famille (4)

Sur le plan de la communication cela se traduit par **des non dits, sous entendus, tentatives plus ou moins adroites de rassurer, minimiser, éviter...silences, mensonges, ou simplement "mal être"...**

Voir mon article : "Les besoins des familles face au cancer, C. Petitjean, Revue Soins n°783, mars 2014" (5)

#### 1-2 Les réponses du système de soin :

Les réponses ou propositions du système de soin sont les suivantes :

- Soutiens individuels (Psychologue, Psycho oncologue)
- Soutiens sociaux (Travailleurs sociaux...).

Il n'y a pas ou très peu d'approches "familiales", considérant la famille comme en tant que groupe ou système, sauf par exemple en onco pédiatrie à travers des groupes de parole pour les fratries (6).

**PREMIER POINT : Alors que le "groupe famille" est touché dans sa globalité, les soutiens / supports ne concernent que l'individu.**

#### 1-3 Les autres éléments du contexte :

- Pour les familles et le malade, la priorité est donnée au traitement du cancer, ce traitement est chronophage, mobilise toutes les énergies ce qui est un frein pour envisager des temps de prise en charge des bouleversements relationnels.
- Les familles n'identifient pas le problème, ni l'importance du problème.
- Il faudrait que cette problématique soit identifiée par des professionnels, or la majorité d'entre eux ne le font pas non plus.
- Se mobiliser en famille n'est pas habituel, peut être pas "culturel".
- **Quand les conditions sont réunies : une famille mobilisée et un professionnel attentif, alors il manque une méthodologie de soutien simple et utile. Les professionnels sont souvent démunis, ou bien l'offre qui est faite aux familles ne correspond pas aux attentes.**

**SECOND POINT : il manque une offre de soutien qui ne soit ni de la thérapie familiale, ni centrée sur la maladie elle-même (comme le dispositif d'annonce), mais aidant les familles à gérer ensemble cette crise en développant leurs propres ressources.**

## 2 L'OBJECTIF GLOBAL :

A partir de ces problématiques, ***l'objectif global est de permettre aux familles de gérer ensemble cette crise, en améliorant leur communication et leurs relations.***

Ceci en proposant aux familles des rencontres dans le but :

- De permettre aux **personnes d'exprimer leurs vécus**, et **d'entendre le vécu** des autres et des les accompagner pour cela.
- De permettre aux familles d'identifier des ressources, des changements possibles, des options afin de mieux se comprendre, de resserrer les liens, et de développer de la solidarité.

***Mais pour prendre en compte les éléments du contexte cités plus haut, il est nécessaire d'intégrer trois contraintes :***

- **Contrainte de lieu** : un lieu d'accès facile pour les familles, un lieu où les familles viennent avec aisance.
- **Contrainte d'animation** : rencontres animées par des personnes variées, professionnelles ou non.
- **Contraintes de temps** : rencontres courtes, le plus souvent uniques, permettant tout de même de répondre aux objectifs.

## 3 LES BESOINS :

### 3-1 Les besoins sont universels.

Abraham MASLOW montre que tout être humain a des besoins à satisfaire, nécessaire à la vie, au développement, aux liens, à la qualité de vie (7).

Il décrit de façon simple et complète cinq besoins fondamentaux : **besoins physiologiques, de sécurité, d'appartenance, d'estime de soi et de réalisation.**

S'il est facile d'imaginer que ces besoins sont fortement perturbés chez la personne malade, il en va tout autant de son entourage (4) :

- **Un besoin ou plusieurs ne sont plus satisfaits** : Besoin de sécurité pour le malade qui a peur de mourir, ou pour ses enfants qui perdent une référence. Besoin d'intimité pour la femme qui a honte de son corps mutilé (cancer du sein), ou pour son époux qui a peur de lui faire mal. Monsieur M. voit ses besoins nutritionnels bouleversés par son cancer digestif, mais ses proches sont fortement perturbés par les changements de rythme des repas, le dégoût non dit de devoir manger à côté de lui, faible et amaigri...
- **Certains besoins par contre peuvent devenir prioritaires** car venant compenser d'autres besoins insatisfaits : Orlane a besoin plus qu'avant de ses amies, non pas qu'elle se désintéresse de sa famille, ou qu'elle ne les aimerait plus (ressenti de sa mère) mais parce que cela lui permet de gérer sa peine, son anxiété (de voir son père malade) et de satisfaire ses besoins de reconnaissance et stimulation.

### 3-2 Pourquoi Maslow ?

Parce que les besoins de Maslow sont connus dans le monde de la santé et particulièrement le monde hospitalier. Parler des besoins de Maslow renvoie à une représentation et une culture communes, y compris pour les médecins.

Ainsi se centrer sur les besoins permet d'entrevoir une approche "positive" et qui a du sens pour chacun : les besoins et les moyens de les satisfaire.

### TROISIEME POINT :

**Centrer ces rencontres familiales sur les besoins individuels permet à chacun de trouver un sens et une place, pointant l'objectif sur des éléments dynamiques et utiles pour la famille, en se décentrant de la maladie et de la peur qu'elle provoque.**

#### 4 LE DISQUE DES BESOINS © :

Nous avons mis au point et expérimenté un outil qui est un support et un média pour l'animation de ces rencontres : le **Disque des Besoins** ©. Il se présente sous la forme d'un jeu familial animé par un animateur extérieur formé.

Les besoins de Maslow sont représentés sur un disque (un pentagone) dont chaque triangle décrit le besoin avec des phrases et mots explicites. Il existe une version adulte et une version enfant.

Ce disque tourne et permet à chacun à tour de rôle de choisir un besoin pour s'auto évaluer dans l'ici et maintenant : chaque joueur se pose la question : *ce besoin dont je lis et comprends la teneur est il satisfait aujourd'hui ?*

**Au delà de cette autoévaluation, le Disque des Besoins va permettre d'animer et structurer le dialogue familial.**

- Si le besoin est satisfait, le joueur va donner un **signe de reconnaissance** à quelqu'un ici présent : une forme de remerciement (8)
- Si le besoin n'est pas satisfait, le jeu consiste à formuler une **demande précise** à quelqu'un ici, aidé par l'animateur.

Le Disque des Besoins © **favorise des échanges "constructifs"**... c'est à dire clairs, engageant la personne (message "je"), dans un esprit vivant et de coopération, dans un climat d'écoute et visant une réponse de l'autre : toute prise de parole, demande, signe de reconnaissance ou réponse verbale ou non verbale sera valorisée par l'animateur (3).

Pendant toute la séance, les participants vont aussi co-dessiner un **Blason** en collant chacun à leur tour des gommettes. Ainsi va prendre forme une **œuvre familiale**, symbole de ce qui s'est passé et d'une réalisation commune.

#### QUATRIEME POINT :

**Le Disque des Besoins © facilite l'animation de la séance. Il la structure, il lui donne un aspect ludique mais également riche, pédagogique. C'est un moyen de rapprocher les membres de la famille.**

#### 4-1 Qui Gagne ?

Tout le monde gagne pendant cette séance !

Gagner se "joue" sur plusieurs plans :

- Sur le plan du jeu lui même, chaque **"action"** (autoévaluation puis demande exprimée ou signe de reconnaissance) permet de gagner une gommette et de la coller pour le Blason.
- Chaque **"réaction"** (réponse construite, accusé réception d'une demande ou d'un signe de reconnaissance) permet de gagner aussi une gommette.
- L'élaboration des échanges, la négociation des actions, la parole donnée à tous avec une promotion de l'équité (tout le monde a le même poids ici), sert à renforcer l'estime de chacun, la place de chacun.
- Le jeu permet d'apprendre ensemble (visée pédagogique) et d'expérimenter ensemble (visée d'intégration).
- Enfin le Blason est une trace, une mémoire de ce moment, et il est prévu un petit temps à la fin de la séance pour échanger sur cette réalisation (étape de satisfaction, Symor Nola Katherine, 9).

#### 4-2 Le Disque Des Besoins, outil de Psycho Pédagogie :

Au cours de la séance il est fréquent que l'animateur fasse directement de la psycho pédagogie : par exemple expliquer les phases de deuil, illustrer les besoins.

Très souvent il s'agit d'**alphabétisation émotionnelle** : le jeu va permettre l'expression d'émotions, leur identification, leur utilité et comment chacun les expriment.

Voici deux exemples :

- Pierre, un père, quand il entend sa fille en colère regretter son attitude distante, prend conscience que sa douleur ou sa peur ne se montrent qu'à travers une attitude de froideur.
- Estelle, une mère, explique qu'elle ressent de la peine tout les matins et qu'elle pleure... elle est bien surprise d'entendre la réaction spontanée des enfants et du mari lui dire : "Nous on voit que tu es en colère !".

### 4-3 Le Disque Des Besoins, outil relationnel :

Cet outil permet d'apprendre ou d'améliorer ses compétences relationnelles.

Les remerciements ou signes de reconnaissance : L'animateur doit être en capacité de repérer tous les signes verbaux ou non verbaux, et inciter chaque protagoniste à les voir, les valider, les exprimer, les accepter, ou non. Il est certain que nous favoriserons les signes "positifs" et le jeu tend à construire des signes "conditionnels" (8)

Autre exemple d'apprentissage : faire une demande précise et claire est un moyen de développer la conscience de chacun, l'écoute, l'autonomie, la négociation. Cela permet de construire un modèle d'échange dans le respect de chacun, tourné vers la recherche d'options utiles à tous.

Tout cela repose sur une valeur de fond : le développement. Tout personne possède des capacités de développement, toute personne a quelque chose de "bon" en elle, cela rejoint les principes Rogeriens (10).

C'est un vrai défi pour l'animateur : **ce jeu ne permet pas de guérir la famille, autrement dit de résoudre tous les problèmes. Il faut l'annoncer et le rappeler. Par contre il permet de produire de la communication, de la relation.**

#### Voici deux situations typiques :

- La mère, volontaire et motivée a réussi à emmener (de gré ou de force ?) toute la famille à cette séance. L'animateur devra la valoriser, mais pas trop, car la priorité sera de soutenir ceux qui justement ne sont pas très à l'aise (Le mari ? L'adolescent ?). Le Disque des Besoins l'y aide : il faut revenir aux règles du jeu : celui qui joue a la parole jusqu'à la fin des échanges, puis chacun a la même permission de s'exprimer.
- Quelqu'un s'emporte avec véhémence en disant tout ce qui ne va pas ! L'animateur doit entendre, valider l'expression émotionnelle, non le contenu, et rappeler la règle : "ici, on ne pourra pas tout résoudre", puis redonner la permission : "dans ce que vous avez dit, y a-t-il un point particulier pour lequel vous auriez une demande (réaliste) à faire à quelqu'un ici ?

### 5 CONCLUSION :

#### Cadres, et limites :

Le Disque des Besoins © serait-il utilisable dans d'autres circonstances et crises ? La question est ouverte. Il est important de fixer une limite et une protection : ici il ne s'agit pas de thérapie familiale. Ne soyons pas dans l'illusion que cet outil permet tout.

Cet outil a été conçu pour ces crises dont l'agent stressé est extérieur, et la famille "non pathologique".

Par exemple il n'est pas adapté dans le cadre d'un divorce, d'une séparation, de violences conjugales... tant que le problème n'est pas traité. Ou alors il s'inscrirait dans un processus global, pour un temps bien défini.

#### Avenir et freins :

La famille est en crise, mais notre système de santé ne propose pas d'approche familiale.

Les familles en difficulté ne consultent pas, toutes préoccupées par d'autres priorités.

De plus ce n'est pas culturel de considérer le système familial en soi et non les individus qui le compose.

Mais le Disque des Besoins pourrait être un moyen permettant d'envisager de nouvelles formes de soutien et d'accompagnement familiaux.

## **BIBLIOGRAPHIE :**

- 1 Plan cancer III : 2-5-7 "L'accompagnement psychologique des patients et entourage; et 2-5-12 "L'accompagnement spécifique de l'enfant"
- 2 Vannotti M. et Célis Gennart M. Malades et familles, penser une souffrance dans une perspective de la complexité. Editions Médecine et Hygiène. 1997.
- 3 Les relations familiales à l'épreuve du cancer, L Ravanel et col, revue Soins n° 783, mars 2014.
- 4 Face à la maladie grave, M. Rusniewski, Dunod.
- 5 Les besoins des familles face au cancer, C. Petitjean, Revue Soins n°783, mars 2014.
- 6 Nicole Landry-Dattée et Marie-France Delaigue-Cosset, La vérité avec des mots gentils, , La lettre de l'enfance et de l'adolescence, 2009/1, n° 75
- 7 Maslow A. Hierarchie des besoins, A theory of human motivation. Psychological Review, 50(4), 370-396.
- 8 Abc des émotions, Claude STEINER, Interédition.
- 9 Symor Nola Katherine, Le cycle de la dépendance, Actualités en Analyse Transactionnelle 27, 1983, p 140-145.
- 10 Rogers C. Le développement de la personne. Paris: Dunod; 1972.