

# Ligue contre le Cancer Comité de Côte-d'Or



## Les groupes de parole

# Contexte : le Comité de Côte-d'Or

- Le Comité de Côte d'Or est l'un des 103 Comités départementaux de la Ligue Nationale Contre le Cancer,
- Les Comités départementaux ont 4 missions :

**CHERCHER POUR GUÉRIR**

Financement de la recherche

**ACCOMPAGNER POUR AIDER**

Soutien aux personnes malades et à leurs proches

**PRÉVENIR POUR PROTÉGER**

Dépistage et Prévention

**QUESTIONNER ET REVENDIQUER**

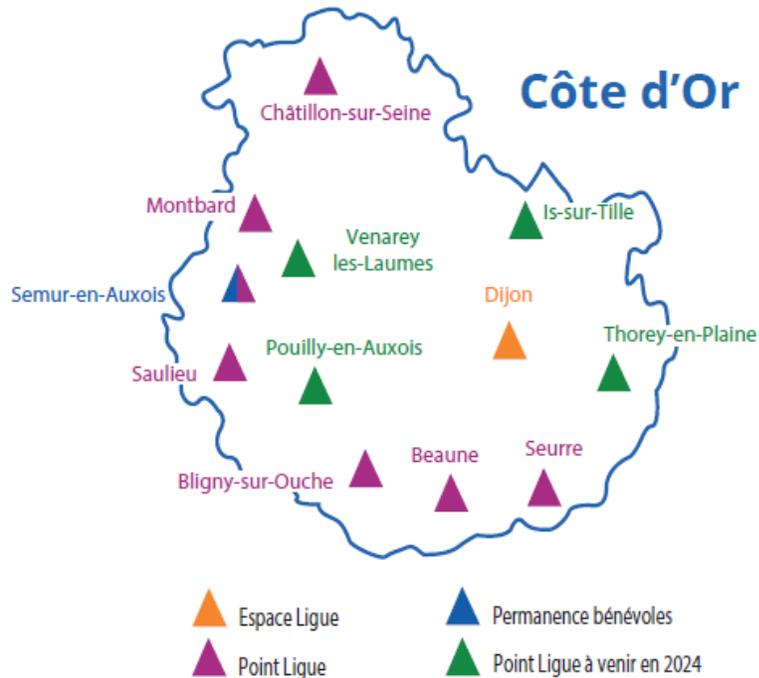
Le Cancer : un enjeu sociétal

# Contexte : le Comité de Côte-d'Or

- La mission de soutien aux personnes malades et à leurs proches se présente sous 2 formes principales :
  - **L'aide sociale** : une commission sociale se réunit tous les mois et étudie les dossiers de demande d'aide financière reçus de la part des assistantes sociales du département. Ses membres attribuent ensuite une aide financière aux personnes en difficulté qui en ont fait la demande.
  - **Les Soins Oncologiques de Support** : Les SOS regroupent l'ensemble des pratiques destinées à améliorer le quotidien et la qualité de vie des personnes malades et de leurs aidants. Ces soins sont proposés gratuitement pour les bénéficiaires sans aucune subvention pour le comité.

# Contexte : Le Comité de Côte-d'Or

## Le Comité dans le département



- Le Comité de Côte-d'Or accueille les patients au sein de l'Espace Ligue et de ses Points Ligue qui sont des points décentralisés dans le département pour accompagner au plus près les personnes malades et leurs proches hors de Dijon et son agglomération.

- Il en existe **7** actuellement et **4** nouveaux sont en cours de négociation.

## Contexte : Le Comité de Côte-d'Or

- Les SOS proposés par le comité 21 respectent les préconisations du socle de base de l'INCA (Institut national du Cancer) dont tous les patients devraient pouvoir bénéficier.
- Le soutien psychologique fait partie de ces préconisations.
- Il est assuré par un (e) psychologue clinicien (ne) pour les entretiens individuels, et coanimé par deux professionnels pour les groupes de parole.

# Historique

- Créés en 1995 sous l'impulsion de psychologues experts, de psychiatres de la famille, les groupes de parole sont destinés dans un premier temps aux personnes traitées ou ayant été traitées pour un cancer afin de les aider, et depuis peu pour les proches ou les aidants.
- Avant de décider de leur mise en place, il a été nécessaire de mesurer les risques éventuels à réunir des malades à des stades évolutifs différents. C'est ainsi que non seulement les experts ont donné leur accord, mais en 1998, lorsque la Ligue Nationale contre le Cancer a organisé les 1<sup>ers</sup> Etats Généraux des malades, cette question des groupes de parole est largement revenue dans les discussions.

# Historique

- Ces groupes de parole ont d'abord été mis en place pour les malades. Ils sont avant tout un lieu pour être ensemble, pour penser ce que l'on vit, prendre conscience du vécu, partager avec d'autres son ressenti, en vérifiant que chacun n'est peut-être pas seul à vivre une telle expérience.
- Ils répondent à des règles éthiques et déontologiques de fonctionnement bien précises qui sont régulièrement discutées et évaluées,
- Ces groupes de parole doivent être distingués des autres structures comme les « groupes de convivialité » qui ont pour objectif une solidarité entre malades pour rompre la solitude.

# Historique

- Dans les années 2000, on a commencé à prendre en considération également la souffrance des proches ce qui a contribué à mettre en place des actions de soutien spécifiques.
- Les proches sont de deux natures : ceux qui accompagnent une personne malade, et ceux qui sont endeuillés.
- Pour un proche, la demande de participer à un groupe est avant tout « pour rencontrer d'autres proches », car il a été reconnu que les proches prenaient également de plein fouet l'annonce du diagnostic. Le proche pourra reconnaître dans le récit des autres son propre vécu. Il pourra ainsi prendre du recul sur ce qu'il vit.

# Les groupes pour les proches aidants

- Les proches rapportent souvent que personne ne s'occupe d'eux, qu'ils n'existent plus, que leur vie de tous les jours est sans cesse remise en question. En fonction de l'évolution du cancer, l'avenir est incertain et ils ont le sentiment de vivre au jour le jour.
- Dans les groupes de parole, tous les participants parlent le même langage, et tous racontent leur difficulté à communiquer avec leurs proches, leurs amis qui font « Comme si de rien n'était ». Les patients expriment le besoin de se retrouver entre « pairs », et les proches ont besoin d'exprimer leur solitude, le travail nécessaire pour continuer à vivre, la souffrance de l'endeuillé.

# C'est quoi un groupe de parole ?

- Les animatrices sont là pour rassurer, reformuler ce qui est dit, redonner confiance et faire prendre conscience des difficultés de chacun à tous les participants.
- Ce groupe de parole est une forme de soutien tant pour les malades que pour les proches qui apporte des éléments de réflexion et de ressources pour surmonter leurs propres difficultés. En cela le groupe est sécurisant.

# Historique au Comité 21

- En 2008, la psychologue salariée du comité a mis en place ce soutien aux personnes malades avec une infirmière bénévole.
- Un premier groupe pour les aidants a été mis en place au comité en 2010 et n'avait pas été poursuivi ensuite.
- Actuellement, nous avons un groupe de 10 personnes malades à Dijon, et un groupe de 6 personnes à la MSP de Semur-en-Auxois.
- Dès la semaine prochaine, un groupe de 8 personnes proches-aidantes débutera à Dijon.

# C'est quoi un groupe de parole ?

- Les groupes de parole ont une visée thérapeutique et ont pour objectif :
  - Aider les personnes à sortir de leur isolement,
  - Permettre aux personnes de mettre des mots sur leurs émotions non exprimées,
  - Verbaliser le vécu,
  - Se confronter à d'autres malades vivant la même expérience,
  - Briser le cercle de la solitude,
  - Être écouté et écouter les autres,
  - Se reconstruire.

# Définition du cadre d'un Groupe de parole

Le cadre qui définit le groupe de parole se constitue des points suivants :

- Groupe fermé : le groupe des participants est constitué et d'autres personnes ne peuvent être admises durant la session,
- Possibilité de faire partie d'un groupe sans distinction du type de cancer ou du stade de la maladie,
- Limitation du nombre total de séances : 10 séances d'1h30 à raison 1 séance par mois,
- Jusqu'à 10 personnes par groupe, et gratuité pour tous,
- Assister à toutes les séances et prévenir en cas d'absence,
- Un couple de deux personnes malades ne peut assister au même groupe,
- Respect de la confidentialité par tous les participants.

## Comment se constitue le groupe ?

- Dans le cadre des soins de support que nous proposons au comité, nos bénévoles reçoivent les personnes pour les inscrire gratuitement aux activités et leur proposent également le groupe de parole patients ou proches.
- A partir de mai/juin, chaque personne est reçue individuellement en entretien par la psychologue responsable du groupe pour le constituer pour septembre.
- Cet entretien est indispensable pour faire connaissance avec la personne :
  - Age, situation familiale,
  - Nature du cancer, évolution de la maladie, parcours médical,
  - Évaluation de sa motivation à intégrer le groupe, difficultés ressenties, freins, ...

# Comment se constitue le groupe ?

- Cet échange permettra d'analyser les attentes de chacun, de réorienter les personnes si elles ne correspondent pas aux objectifs d'un groupe de parole,
- Il permet aussi de déceler les personnes pour qui le groupe pourrait être néfaste ou à l'inverse celles qui pourraient déstabiliser ou submerger le groupe.
- Ce temps d'échange est également un temps d'information sur les modalités du groupe, le nombre de séances, la nécessité de la régularité,
- C'est aussi le moment de préciser les règles déontologiques : confidentialité, abstention de citer les noms des autres malades ou des professionnels dans les discussions en dehors du groupe notamment s'il y a des récriminations.

# Outils utilisés pour animer le groupe

- En 2008, la psychologue utilisait le « photolangage ». Cet outil propose un ensemble de photos en noir et blanc qui permettent d'exprimer un ressenti, de verbaliser une émotion, de mieux comprendre la parole de l'autre. Chacun est amené à s'exprimer à partir de son vécu, de son histoire, et il n'y a ni bonnes ni mauvaises réponses.
- Aujourd'hui, les sujets d'échange arrivent au fur et à mesure et de l'expression de chacun. Ce qui est vécu va orienter la thématique du jour.
- Le travail des animatrices consiste à reformuler ce qui est dit, traduire et désamorcer un vécu parfois douloureux. Le groupe permet souvent un travail de mise en situation, et donne du sens à une situation traumatique vécue.

# Outils utilisés pour animer le groupe

- Les groupes à Dijon sont encadrés par une psychologue et une sophrologue. Cet accompagnement en sophrologie est novateur et complémentaire avec la psychologie.
- La professionnelle propose un temps de sophrologie en début de séance pour permettre à chacun de bien s'intégrer à la séance et ouvrir la parole, ainsi qu'un temps de respiration et relaxation à la fin, bien accueillis par les participants, pour apaiser les tensions, calmer les émotions, et se sentir mieux.

Toute l'année, quotidiennement et grâce à ses bénévoles, notre Comité est présent en Côte d'Or pour informer, agir contre le cancer et accompagner les personnes malades et leurs proches dans le combat contre la maladie.

Ligue contre le cancer **Comité de Côte-d'Or**

29C Rue de Talant - 21000 DIJON

[www.ligue-cancer.net/21cotedor](http://www.ligue-cancer.net/21cotedor)

**Merci de votre attention**