

Interview de Christian Deresnoué ancien chef du service de neurologie à l'hôpital de la Salpêtrière

Pourquoi la communication est-elle importante ?

« Le langage est la base de la communication entre les gens. Les questions que l'on pose ou auxquelles on répond font partie intégrante des relations de convivialité au sein de la famille. Les personnes âgées, ou qui souffrent de troubles cognitifs ont plus de mal à dialoguer. Les malades d'Alzheimer par exemple, oublient progressivement certains mots du langage courant, puis leur sens, et finalement ils perdent le contrôle des mécanismes de l'articulation des sons pour former des mots. Cette situation amène de la souffrance quand la personne n'arrive plus à communiquer correctement. Elle peut s'isoler ou se mettre en colère, crier, gesticuler. Il faut également envisager la communication dans les deux sens. Il n'y a pas que la personne malade qui a du mal à communiquer. Souvent l'aidant ne comprend pas ce qui se passe dans la tête de son proche. Il faut lutter contre l'idée reçue selon laquelle le malade n'étant plus capable de comprendre, il est inutile pour l'aidant de faire un effort. Il est primordial de connaître parfaitement l'état de la personne dont on s'occupe afin d'adapter son discours et ses actes en conséquence. »

Que faire en priorité pour améliorer la communication ?

« Il faut optimiser la communication entre l'aidant et la personne dont il/elle s'occupe. Un des premiers conseils consiste à faire des phrases simples, en se plaçant bien en face de la personne et en conservant une atmosphère calme autour d'elle. Dans les réunions de famille par exemple, si tout le monde parle en même temps, la personne risque d'être perdue, et de se renfermer. On peut généralement s'arranger pour faire en sorte qu'elle n'ait chaque fois qu'un seul interlocuteur. Et il est possible pour les membres de la famille de se relayer. Si la personne a du mal à trouver un mot précis pour désigner une chose ou quelqu'un, il faut lui demander de le/la désigner du doigt. Ensuite, il faut lui dire le mot qui correspond afin de stimuler sa mémoire. Il faut lui parler beaucoup, de tout. D'une part, elle aura le sentiment de participer à la vie commune et de ne pas être marginalisée. D'autre part, elle se rendra compte de l'état des sentiments qu'on lui porte plus par le ton de la voix que par les mots. C'est très important. »

Quels sont les différents modes de communication ?

« Outre la communication verbale dont nous avons parlé, on peut recourir à l'écriture. Vous pouvez préparer des listes "pense-bête" pour que la personne sache ce qu'elle doit faire quand vous n'êtes pas là. Dans ces cas là, il faut veiller à rédiger des messages courts, faciles à comprendre, écrits en gros caractères et les laisser bien en évidence. Si vous le souhaitez vous pouvez également utiliser des dessins. Mais la chose la plus importante reste la communication visuelle. Celle qui passe par les yeux, les expressions. La communication non verbale et affective reste souvent préservée pendant très longtemps. Beaucoup de sentiments passent par le corps. Alors ne dites jamais "oui" en ayant l'air de dire "non"! »