

C'EST QUOI "UN PSY" ?

C'est une personne **qui vous accompagne** pour traverser les situations difficiles.

Qui vous aide à mieux vivre ce qui s'impose à vous.

Qui vous aide aussi à comprendre ce qui vous arrive.

À qui l'on ose dire ce que l'on ne peut dire ailleurs.

Qui vous écoute sans lien affectif et sans parti pris.

Qui travaille en concertation avec toutes les équipes pluridisciplinaires.

Qui propose un soutien psychothérapeutique ou un relais vers des professionnels libéraux en fonction de la demande.

POUR QUI ?

L'intervention du psychologue s'adresse :

- › À toute personne malade et/ou à l'entourage qui en ressent le besoin quelles qu'en soient les raisons.
- › Et/ou à qui ce soutien a été proposé (soit par un intervenant du domicile, un soignant ou un proche) et qui accepte la rencontre.

POUR QUOI ?

- › Pour mieux vivre les perturbations qui peuvent être déclenchées par la maladie ou les traitements.
- › Pour continuer à se sentir une personne à part entière.
- › Pour être aidé à communiquer avec son entourage.
- › Pour parler de soi et de sa maladie (craintes, angoisses ...).
- › Pour être soutenu dans les choix difficiles.

QUAND ?

- › Au moment où la personne en ressent le besoin et quand elle est décidée.
- › Quand la personne se sent découragée pour avancer et ce malgré la présence d'un entourage attentif.
- › Quelle que soit la maladie (ou la phase de la maladie).
- › Lors de tout changement nécessitant une adaptation perturbante à la maladie.

COMMENT FAIRE ?

- › Par les soignants que vous rencontrez ou par tout autre intervenant à votre domicile qui fera remonter votre demande auprès du psychologue afin qu'il prenne contact avec vous.

OÙ ?

- › Le psychologue a la possibilité d'intervenir directement à votre domicile ou dans les locaux où vous vous rendez.
- › En fonction de la durée de la prise en charge et de la demande, il peut également être amené à vous rediriger vers d'autres confrères.



LES A PRIORI SUR "LES PSYCHOLOGUES"

ÇA NE FAIT PAS GUÉRIR !

› **Le soutien psychologique ne guérit pas la maladie mais :**

Il prend en compte la souffrance de la personne, malade ou non.

Il vise à se sentir vivant avec ou sans maladie.

C'EST UN SIGNE DE FAIBLESSE DE CONSULTER !

› **On ne consulte pas par faiblesse mais parce qu'on ne peut pas y arriver seul.**

Nos forces ne sont pas constantes et sont parfois même insuffisantes pour faire face aux événements difficiles.

C'est dans ce cas que le soutien psychologique est nécessaire pour continuer à avancer.

FAUT-IL RACONTER SA VIE ?

Si on en parle c'est parce qu'on en ressent le besoin. Le fait de s'exprimer fait moins souffrir que de se taire mais il n'y a pas d'obligation de raconter sa vie.

› **Le soutien psychologique ne conduit pas forcément à vivre des moments tristes. Il comprend aussi des moments agréables et de découverte.**

C'EST LONG ?

› **Pas nécessairement.**

Cela dure le temps dont vous avez besoin.

La durée et la fréquence s'établissent en concertation avec le psychologue.

Il existe aussi des soutiens brefs.

ÇA NE SERT À RIEN, LE PSY NE DONNE PAS DE SOLUTION !

› **Ça sert à quelque chose.**

Si le psychologue ne peut connaître « LA » solution, il aide chacun à trouver la sienne, à la construire.

C'EST POUR LES FOUS !

› **Pas seulement...**

Mais la souffrance est humaine et le psychologue aide toute personne en souffrance qui le souhaite.

ÇA COÛTE CHER ?

› **Le soutien psychologique fait partie de notre prestation.**

Dans le cadre d'un relais en libéral, cela est variable.

Pour le psychologue, il existe des tarifs adaptés à chaque bourse.

UN PSY NE PARLE JAMAIS !

› **Un psy parle mais "pas tout le temps".**

Il s'exprime pour vous guider.

ET APRÈS ?

› **Vous avez la possibilité d'être redirigé vers d'autres psychologues qui continueront avec vous le soutien.**