
ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE EN ONCOLOGIE



L'annonce d'un cancer et la traversée d'un parcours thérapeutique en oncologie peuvent s'accompagner de difficultés existentielles, émotionnelles, relationnelles, familiales, sociales... Un accompagnement psychologique, attentif à vos difficultés spécifiques, peut contribuer à vous soutenir face à celles-ci.

UN ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE EN ONCOLOGIE

POUR QUI ?

Pour tout patient ou membre de son entourage proche,

- qui en ressent le besoin et l'exprime,
- quelles que soient ses raisons,
- et/ou-à qui ce soutien est proposé et qui l'accepte.

QUAND ?

- **Dès le début de votre parcours de soin** : une première rencontre vous permet de vous familiariser avec un/une psychologue de l'équipe. Faire appel à lui/elle ultérieurement, en cas de besoin, n'en sera que plus facile.

- **A tout moment de votre parcours de soin** : lorsque vous vous sentez découragé, débordé, tourmenté, angoissé (...) malgré la présence d'un entourage attentif ou en l'absence de celui-ci.

- **Régulièrement tout au long de votre parcours** : même si vous n'éprouvez pas de mal-être significatif, afin de vous assurer un soutien supplémentaire face à ce que vous traversez.

C'EST QUOI ?

- Quelqu'un qui vous **accompagne** pour traverser des situations complexes ;
- Quelqu'un qui vous **aide à clarifier** vos difficultés, souhaits, refus, et à maintenir la qualité des échanges avec ceux qui vous soignent ;
- Quelqu'un avec qui vous n'avez pas de lien affectif et qui vous **écoute** sans jugement ni parti pris, à qui vous osez parler en toute liberté, sans besoin de le/la protéger;
- Quelqu'un qui vous **aide à vivre** ce qui s'impose à vous et à construire vos manières de vous y adapter ;

Au CHU Saint-Pierre, l'équipe d'oncologie compte plusieurs psychologues.

Ils travaillent en concertation avec les équipes de soin pour améliorer la qualité des prises en charge. Ils respectent le secret professionnel.



POURQUOI ?

- Pour être accompagné lors des perturbations entraînées par la maladie et les traitements ;
- Pour parler de soi et de ce que l'on traverse, exprimer ce que l'on pense, éprouve, craint, etc.
- Pour être aidé à maintenir une communication de qualité avec son entourage et avec les soignants ;
- Pour être soutenu et faire des choix réfléchis durant et après les traitements ;
- Pour être accompagné à tout moment plus difficile et lors des moments de transition de votre vie.

COMMENT ?

Si vous souhaitez rencontrer un(e) psychologue :

- En oncologie générale : Contact : Mme Lopez Antoniadis T. 02/535.30.56.
- En oncologie ORL : Contact : Mme Le Cavorzin T. 02/535.31.35.
- En sénologie ou gynécologie : Contact : Mme Aimont et M. Beauloye via le secrétariat T. 02/535.44.92
- Des stagiaires en psychologie sont également présents dans différentes unités. N'hésitez pas à vous adresser à

eux, ils répondront à vos questions et feront le lien avec les psychologues de l'équipe.

Sachez que nous veillons à envisager une prise en charge et un accompagnement adaptés à vos besoins. Il est évident que vous êtes libre d'accepter ou de refuser le suivi proposé à tout moment de la prise en charge.

En dehors de l'hôpital

La psychologue de liaison en oncologie générale (Mme Lopez Antoniadis) est à votre disposition pour vous informer des modalités d'accompagnement psychologique et proposer d'autres alternatives de prise en charge psychologique (institutions, activités, groupes de paroles, ...) proches de chez vous.

Fondation contre le cancer : 0800 15 801
Centre Psycho-Oncologie : T. 02/538.03.27



On entend souvent...

1. « **Les psys c'est que pour les fous** » **FAUX !** Le psychologue accueille toute personne en difficulté ou qui souhaite partager un questionnement important.
 2. « **C'est un signe de faiblesse de consulter** » **FAUX !** Aujourd'hui, la plupart des équipes soignantes en oncologie incluent des psychologues. Ceux-ci partagent avec les autres membres de l'équipe l'objectif de vous accompagner au mieux durant votre parcours thérapeutique.
 3. « **Ça ne fait pas guérir du cancer** » **VRAI !** Le psychologue vous garantit l'écoute attentive de vos soucis et difficultés spécifiques, une construction partagée des manières de les apaiser, ainsi qu'un relais des informations vers d'autres soignants quand vous le souhaitez.
 4. « **Le psy ne donne pas de solutions** » **VRAI !** Sans préjuger de ce qui est bon pour vous, le psychologue vous soutient dans l'aménagement de solutions qui vous conviennent.
 5. « **Le psy ne parle pas** » **FAUX !** Votre parole est prioritaire et centrale dans les rencontres avec le psychologue, mais cela n'empêche en rien des échanges entre vous.
 6. « **Il faut raconter toute sa vie et toutes ses souffrances** » **FAUX !** A tout moment vous choisissez librement ce que vous souhaitez aborder avec votre psychologue, il n'y a pas d'obligation « de tout dire ».
 7. « **Ça coûte cher** » **FAUX !** Au CHU Saint-Pierre, les consultations sont gratuites pour les patients en oncologie. Sachez qu'il existe différents tarifs pour les proches; en outre la plupart des mutuelles proposent des remboursements. N'hésitez jamais à soulever la question du tarif avec votre psychologue !
 8. « **C'est très long, ça dure des années** » **FAUX !** Il n'y a pas de règle générale concernant la durée d'un accompagnement et sa fréquence. En concertation avec votre psychologue, vous aménagez ce qui vous convient, et ces choix peuvent varier avec le temps.
-

