



Hospices Civils de Lyon

■
votre santé,
notre engagement

LE COPING COMME STRATÉGIE D'ADAPTATION FACE AUX TROUBLES COGNITIFS MAJEURS : REVUE DE LA LITTÉRATURE ET ILLUSTRATION CLINIQUE

**Gaëlle RICHARD – Psychologue Equipe Mobile Maladie Alzheimer
Hôpital des Charpennes - Villeurbanne**

14/09/2017

Aucun conflit d'intérêt

PSYCHO EDUCATION

- La psycho éducation à l'Equipe Mobile Maladie Alzheimer
 - A Domicile
 - Contre attitudes des aidants familiaux
 - Dans un cadre limité à 3 séances maxi
 - En articulation avec les autres équipes mobiles de gériatrie lyonnaises et avec l'Hôpital de Jour des Charpennes

PSYCHO EDUCATION – DEFINITIONS

Anderson et al., Schizophr Bull 1980

Vaughn and Leff, British journal of psychiatry 1976

- *« Intervention didactique et thérapeutique, systématique, visant à informer les patients et leur famille sur les différents aspects des troubles psychiatriques, et à promouvoir les capacités pour y faire face » (ANDERSON, 1980)*
- Les émotions exprimées (LEFF, 1976)

PSYCHO EDUCATION - OBJECTIFS

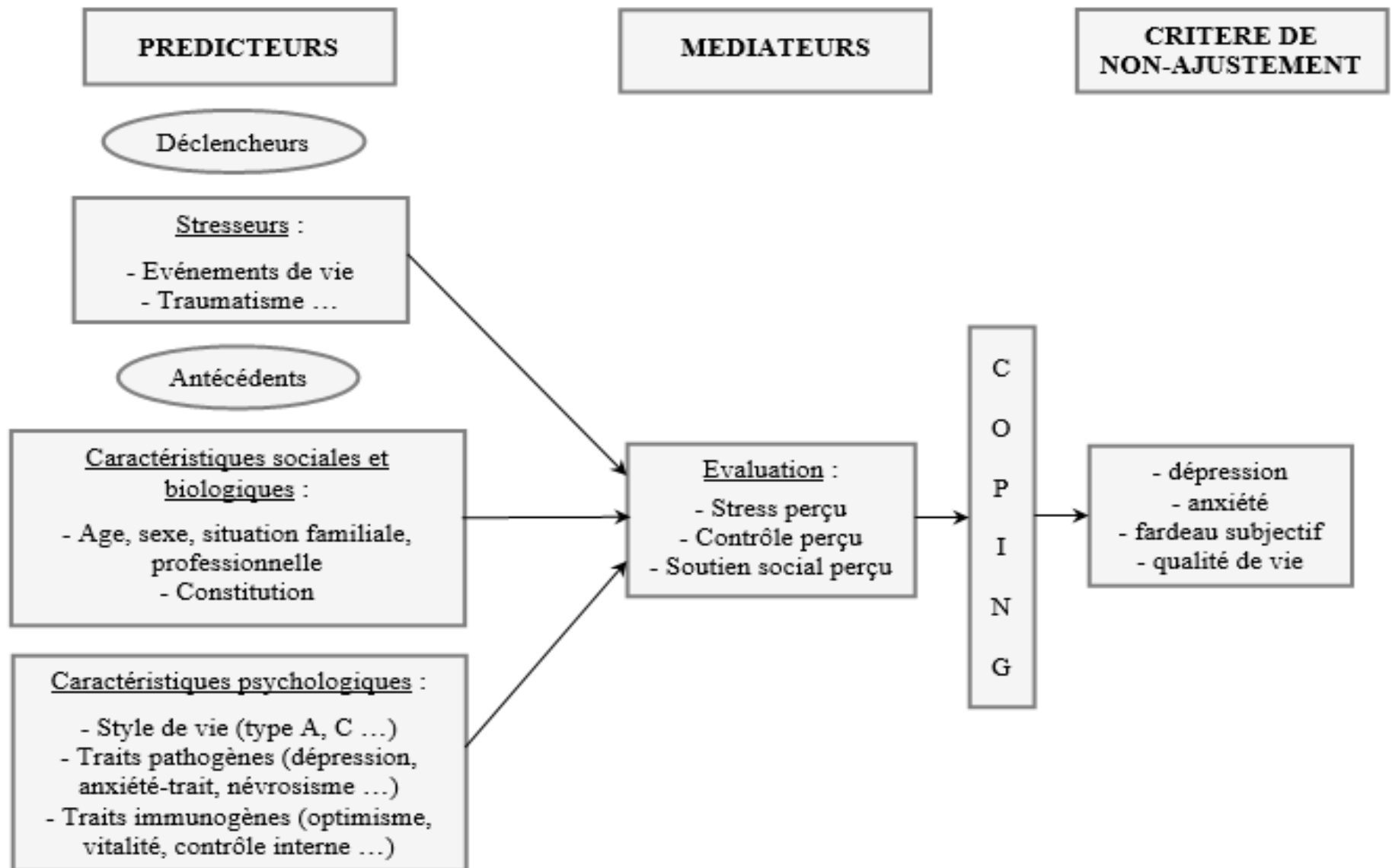
- **Aspect pédagogique** : donner une information structurée, progressive, répétée ; Permettre aux aidants familiaux d'accéder à des informations appropriées à leurs besoins
- **Volet psychologique** : en offrant une écoute, un soutien, des occasions de parler de l'expérience et de l'impact émotionnel de la maladie
- **Travail de résolution de problème** : en aidant à l'élaboration de stratégies réalistes et efficaces

LE COPING - DEFINITION

Lazarus and Folkman, Stress, appraisal, and coping 1984

- *« ensemble des efforts cognitifs et comportementaux, constamment changeants, (déployés) pour gérer des exigences spécifiques internes et/ou externes qui sont évaluées (par la personne) comme consommant ou excédant ses ressources » (LAZARUS and FOLKMAN, 1984)*

APPROCHE TRANSACTIONNELLE DU STRESS ET DU COPING - Lazarus and Folkman, Stress, appraisal, and coping 1984



LE COPING

Lazarus and Folkman, Stress, appraisal, and coping 1984

- Les fonctions du coping :
 - Le coping centré sur le problème
 - Le coping centré sur l'émotion
 - *Conception transactionnelle du stress et du coping* : processus impliquant des actions réciproques entre sujet et environnement (l'individu pouvant modifier – et être modifié par – la situation)

- Les modes de réponse du coping
 - **Cognitions** : réévaluation de la situation stressante ou des réponses disponibles
 - **Affects** : expression ou au contraire répression de la peur, de la colère, de la détresse
 - **Comportements** : résolution de problème, recherche d'informations, recherche d'aide, consommation de substances, activité physique ...



LE COPING – Exemples

Carver, L'Encéphale 2003

Centré sur le problème

Planification : est le fait de réfléchir à l'organisation d'un plan, aux étapes à suivre et à la meilleure manière de gérer le problème. Cette activité est clairement centrée sur le problème, mais elle diffère de l'exécution d'une action effective

Coping actif : processus par lequel l'individu essaie de supprimer le stresser ou de minimiser ses effets. Le coping actif inclut l'amorçage d'une action immédiate, l'augmentation des efforts de la personne, et l'exécution judicieuse d'une tentative de résolution de la situation (Lazarus et Folkman : coping centré sur le problème)

La recherche de soutien social instrumental : correspond à la recherche de conseils, d'assistance ou/et d'informations.

Centré sur les émotions

La recherche de soutien social émotionnel s'appuie sur le soutien moral, la sympathie ou encore la compréhension. C'est une stratégie centrée sur l'émotion.

Réinterprétation positive : Évaluer ou réévaluer une situation stressante en des termes positifs avec pour but de gérer la détresse émotionnelle plutôt que de combattre le stresser

Acceptation : Acceptation du stresser comme objet réel, l'acceptation que la stratégie de coping utilisée est inefficace

META ANALYSE (1)

Del Pino Casado et al., Journal of advanced nursing 2011

■ META ANALYSE (2011) de DEL PINO CASADO

- Effets des stratégies de coping sur la subjectivité du fardeau des aidants familiaux
- Patients atteints de déficience cognitive
- 10 études incluses

→ Pas de relations établies entre le coping centré sur le problème et le fardeau subjectif

→ Manque de clarté de la dimension « coping centré sur les émotions »

COPING EVITEMENT

Del Pino Casado et al., Journal of advanced nursing 2011

Endler and Parker, Journal of Personality and Social Psychology 1990

Évitement – Désengagement

La distraction : vise à détourner la personne des pensées se rapportant à la situation de stress ou au but avec lequel le stresser interfère. Rêvasser en plein jour, s'échapper dans le sommeil ou encore s'évader en s'absorbant dans des programmes de télévision sont quelques-unes de ces tactiques mises en place dans l'objectif de se distraire, de se changer les idées afin d'éviter de penser au problème.

Le déni : s'opérationnalise comme le refus de croire que le stresser existe ou comme la tentative d'agir en pensant que le stresser n'est pas réel. Le concept opposé au déni est l'acceptation

Utilisation de substance : consommation d'alcool, de médicaments ou de drogue. permettre à la personne de s'évader, d'échapper à la réalité, d'éviter d'être confrontée à la situation. L'utilisation de substance est donc bien une véritable stratégie de coping, basée sur l'évitement de la situation.

Le désengagement comportemental correspond à la réduction des efforts d'une personne pour faire face au stresser, à l'abandon de toute tentative d'atteindre les buts sur lesquels celui-ci interfère.

Retrait social : passer plus de temps seul, éviter d'être en compagnie d'autres gens

META ANALYSE (1)

Del Pino Casado et al., Journal of advanced nursing 2011

■ META ANALYSE (2011) de DEL PINO CASADO

- Le **coping centré sur l'émotion** est une **gestion active** de la situation de stress
 - ≠ Le **coping Évitement** est une **réponse passive** face à la situation stressante
 - 6/10 études qui ont analysées spécifiquement le coping Évitement
 - **Association positive entre le coping Évitement et le fardeau subjectif**
-
- Le coping Évitement est le meilleur prédicteur de la détresse des aidants familiaux



META ANALYSE (2)

Li et al., Journal of Affective Disorders 2012

■ META ANALYSE (2012) de LI

- Effets des stratégies de coping sur la dépression et l'anxiété des aidants familiaux
- Maladies neuro évolutives
- 35 études incluses (28 transversales et 7 longitudinales)
- Facteurs de stress : gravité de la maladie neuro évolutive et troubles psycho comportementaux

→ Un accompagnement adapté de la maladie neuro évolutive implique des stratégies de coping axées sur le problème lorsque les situations peuvent être modifiées, et des stratégies de coping axées sur les émotions lorsqu'elles ne le peuvent pas



COPING & TROUBLES COMPORTEMENTAUX

Mausbach et al., American Journal of Geriatric Psychiatry 2006

Garcia Alberca et al., Aging & Mental Health 2013

■ ETUDE (2006) de MAUSBACH

- Relation entre les troubles du comportement et le coping Évitement

→ **Les troubles du comportement sont positivement associés au coping Évitement**

■ ETUDE (2013) de GARCIA ALBERCA

- Relation entre les stratégies de coping des aidants familiaux et les troubles psycho comportementaux des patients

→ **Les patients dont les aidants familiaux utilisent un coping Évitement présentent des troubles psycho comportementaux plus fréquents et plus sévères que ceux dont les aidants utilisent un coping centré sur le problème ou sur les émotions**



ILLUSTRATION CLINIQUE – Mme M. et sa fille

3 séances : entre le 15/12/2016 et le 10/05/2017

Mme M.	Sa fille
91 ans Troubles cognitifs non étiquetés Refus de PEC Agitation / Agressivité Angoisse Troubles du sommeil Hypersollicitation	56 ans Déni de la maladie Contre attitudes Angoisse Isolement affectif Burn out

ILLUSTRATION CLINIQUE – Mme M. et sa fille

- Crises comportementales durant lesquelles Mme M. crie sur le balcon. Elle se met en danger, puis quitte le domicile. Agressivité à l'égard de sa fille qui n'arrive pas à la calmer. Intervention de la Police ou des pompiers → Pédagogie autour de la maladie & travail de résolution de problème en aidant à l'élaboration de stratégies réalistes et efficaces
- Désorientation temporelle avec appels à la mère récurrents → Pédagogie autour de la maladie & Coping centré sur l'émotion

CONCLUSION

- Approche cognitivo comportementale
- Intérêt du potentiel d'action sur les stratégies de coping (facilement modifiables)
- Au terme des 3 séances, crises comportementales moins intenses et mieux tolérées
- Aidante qui a renoué avec un sentiment d'**auto efficacité**



Merci de votre attention

META ANALYSE (2003)

Kneebone 2003

- Résultats qui vont dans le sens des hypothèses classiques de la littérature où le coping centré sur le problème, sur la solution, va être largement valorisé pour ses implications positives en terme de santé mentale (= démarche active de résolution de problème)
- Stratégies axées sur l'émotion sont plus susceptibles de conduire à des difficultés d'ajustement



COPING EVITEMENT (Adaptatif)

Okabayashi, Aging Ment Health, 2008

- Révision du modèle classique du coping en nuancant les effets du Coping Évitement
- Étude des effets d'une forme d'Evitement considéré comme Adaptatif car se référant à un effort comportemental (et non pas émotif) engagé par les aidants pour éviter d'être trop impliqué dans leur responsabilité en matière de soin → DIVERSION
- La Diversion diminue le burn out des aidants familiaux et les encourage à adopter en //, simultanément, des stratégies pb ou restructuration cognitive



Les échelles du COPING

- LAZARUS et FOLKMAN – Ways of Coping Checklist (WCC – 1980), révisé en Ways of Coping Questionnaire (WCQ - 1988)
- CARVER - la COPE et la Brief COPE (1989)
- ENDLER et PARKER (1988, 1990) Inventory for stressful situations (CISS)

Limites

- De nombreux instruments souffrent de défauts psychométriques, telles que la faible cohérence interne, un manque de données test-retest, la recherche inadéquate sur la validité de la construction et de la validité prédictive
- manque de clarté du concept de coping lui-même
- un grand nombre de questionnaires de coping, proposant chacun différentes dimensions de coping, indiquant clairement l'absence de consensus entre les chercheurs sur les propriétés de base du concept



Personnalité et Coping

Roche, 2016

- Le coping axé sur la solution a été adoptée par les aidants ayant des personnalités extraverties et consciencieuses
- L'accompagnement émotionnel / le coping basé sur l'adaptation a été adopté par des aidants ayant des personnalités plus extraverties, consciencieuses et névrosées
- Des stratégies d'adaptation dysfonctionnelles ont été adoptées par des aidants avec des personnalités névrotiques





Hospices Civils de Lyon



■
votre santé,
notre engagement