



Fiche de conseils : **Comment communiquer avec une** **personne atteinte de DÉMENCE**

En étant conscient de la façon dont vous parlez, écoutez et agissez, vous pourrez avoir des interactions plus positives avec une personne atteinte de démence.

Ce qu'il faut savoir

- Les gens ne présentent pas tous les mêmes symptômes de démence ou comportements.
- Certaines méthodes de communication peuvent être efficaces pour une personne, mais pas pour une autre. Une méthode qui fonctionne bien un jour ne fonctionnera pas nécessairement la fois suivante.
- Certaines personnes peuvent avoir du mal à se faire comprendre ou peuvent avoir des difficultés à comprendre ce qu'elles entendent ou lisent.



Commencez par une interaction positive

- Placez-vous en face de la personne, positionnez-vous au même niveau, établissez un contact visuel et restez immobile pour qu'elle puisse se concentrer sur vous.
- Réduisez les distractions. Amenez la personne dans un endroit calme si c'est possible. Cela peut être rassurant et l'aider à mieux vous comprendre.
- Restez calme et soyez patient.
- Évitez le langage corporel qui donne l'impression que vous êtes frustré ou agacé, comme soupirer ou croiser les bras. Les personnes atteintes de démence peuvent être sensibles aux signaux non verbaux.
- Prêtez attention à leurs comportements et langage corporel. Cela peut vous en dire long sur ce qu'elles ressentent.
- Respectez leur espace personnel.

Écoutez attentivement

- Donnez-lui le temps de répondre et de s'exprimer.
- Encouragez-la de manière non verbale, par exemple en établissant un contact visuel et en hochant la tête.
- Validez ce que la personne a dit pour lui montrer que vous l'écoutez. Utilisez des phrases comme « Oui, l'attente semble longue ».
- Essayez de ne pas l'interrompre lorsqu'elle parle, même si vous pensez savoir ce qu'elle veut dire.

Utilisez un langage bienveillant

- Parlez lentement et clairement et adoptez un ton amical.
- Utilisez des phrases courtes et simples.
- Évitez de poser des questions ouvertes et d'offrir trop d'options. Concentrez-vous sur une réponse à la fois.
- Évitez d'utiliser un langage enfantin ou condescendant.
- Évitez de lui dire qu'elle a tort ou que vous venez de lui dire quelque chose, car cela pourrait la troubler. Essayez plutôt de répondre calmement et de l'encourager. Parfois, il suffit d'écouter et de la rassurer.
- Essayez de communiquer de différentes manières si la personne semble perplexe. Vous pouvez :
 - utiliser des gestes de la main, comme pointer du doigt
 - proposer de lui montrer ce que vous voulez dire
 - écrire des instructions claires, en gros caractères, accompagnées de photos, si possible
- Si une personne a du mal à trouver le mot juste et semble vouloir de l'aide, vous pouvez suggérer le mot ou lui demander de le décrire ou de le montrer.

Pour plus d'informations, visitez : canada.ca/demence