

L'acte gratuit, un outil professionnel



Julie Tétreault
jtetreault@asstsas.qc.ca



Chantal Toupin
ctoupin@asstsas.qc.ca

Les soignants posent des dizaines de gestes bienveillants tous les jours. Ce contact humain privilégié est une source de bonheur au travail. Comment intégrer ces gestes souvent instinctifs dans la planification des soins? À quel moment est-ce pertinent? Cet article résume l'utilisation de l'acte gratuit auprès des personnes âgées présentant de la résistance lors des soins. Il s'agit d'un outil d'intervention présenté dans la formation *Approche relationnelle de soins*¹.

Imaginons M^{me} Shulman, 74 ans, vivant avec un trouble neurocognitif majeur. Elle vient tout juste d'arriver dans son nouveau milieu de vie. Bien qu'elle adore marcher, elle semble craintive de sortir de sa chambre. Aussi, elle s'agite lorsque les soignants la touchent et tentent de l'aider pour ses soins d'hygiène. Afin de faciliter son intégration, l'équipe décide d'instaurer des actes gratuits au plan de soins et au plan de travail.

Dès leur arrivée, les soignants prennent l'habitude d'aller la voir aussi souvent que possible, simplement pour discuter avec elle. Ils multiplient les interactions avec M^{me} Shulman dans le contexte hors soins afin de bâtir la relation de confiance. Par exemple, les soignants font un détour simplement pour lui dire bonjour, lui serrer la main et échanger un regard bienveillant, sans lui donner des soins dans l'immédiat.

Bien que M^{me} Shulman ne se souvienne pas nécessairement de leur nom ou même de leur visage, graduellement, elle devient de plus en plus souriante et ouverte aux soignants. En effet, l'acte gratuit contribue à renforcer un sentiment agréable et l'émotion positive s'imprègne dans la mémoire affective.

Une approche progressive

Dès les premiers jours, les soignants constatent que M^{me} Shulman réagit vivement au contact physique. Plutôt que de tenter de faire les soins d'hygiène alors qu'elle est

réticente, ils débutent par des soins moins invasifs en lui offrant de mettre de la crème hydratante sur ses jambes ou de lui brosser les cheveux. Selon son histoire de vie, M^{me} Shulman a toujours accordé beaucoup d'importance à son apparence. Alors, les soignants lui proposent une manucure avec le vernis de son choix. Ce moment devient une opportunité pour favoriser l'acceptation du toucher, ce qui facilitera éventuellement les soins.

Ces actes gratuits permettent de bâtir la relation entre l'équipe soignante et la résidente, qui s'approprient mutuellement au fil de temps. Pour inciter M^{me} Shulman à sortir de sa chambre, il est prévu au plan de travail de l'inviter à prendre sa collation préférée à la cuisinette ou à faire



Photos : Shutterstock

une activité significative pour elle au salon. Graduellement, les soignants sont ravis de voir de plus en plus souvent M^{me} Shulman déambuler dans les corridors et interagir avec les gens qu'elle rencontre.

La confiance est un investissement

«Nous utiliserons et programmerons, affirme Rosette Marescotti, l'acte gratuit pour la personne qui refuse le soin afin de l'habituer à notre présence et instaurer une relation de confiance².» Ces propos peuvent surprendre et certains soignants se diront peut-être qu'ils n'ont pas de temps pour des gestes de cette nature. En effet, ajouter les actes gratuits au plan de travail peut sembler alourdir un quotidien déjà bien rempli. Toutefois, mobiliser deux ou trois soignants pour un soin d'hygiène expéditif et pour se protéger des coups permet-il vraiment de gagner du temps? En investissant dans les actes gratuits, il est fort probable que les soignants voient la durée des soins diminuer, tout en ayant l'opportunité de vivre un moment agréable et sécuritaire pour tous.

Cette technique est enseignée dans la formation *Approche relationnelle de soins* dont les principes misent sur la valorisation de la relation entre le soignant et la personne.

HISTOIRE DE VIE

Connaître les préférences, les aversions, les habitudes, les intérêts, les moments marquants et les proches d'une personne permet de personnaliser les interactions et les soins.

Connaître l'histoire de vie conduit à une meilleure compréhension de l'autre et de sa situation.



Ces actes gratuits permettent de bâtir la relation entre l'équipe soignante et la résidente, qui s'approprient mutuellement au fil de temps.

En plus de favoriser la collaboration de la personne, elle permet de réduire les risques d'agressions et de troubles musculosquelettiques. Offrir des soins dont la relation est au cœur de l'intervention donne un sens au travail et contribue à la santé psychologique des soignants. L'introduction de l'acte gratuit comme stratégie d'intervention peut apporter des résultats étonnants et assurément bénéfiques. ■

RÉFÉRENCES

1. L'*Approche relationnelle de soins* développée par l'ASSTSAS est une adaptation de l'*Humanitude*, une philosophie de soins conçue par Yves Gineste et Rosette Marescotti.
2. Marescotti, R., Lasnon, F. (2020). *Vivre ensemble en Humanitude : Un outil, l'acte gratuit*. Enregistrement sonore. <https://soundcloud.com/user-252489368/vivre-ensemble-en-humanitude-un-outil-lacte-gratuit-rosette-marescotti-florence-lasnon>

QU'EST-CE QU'UN ACTE GRATUIT ?

Il s'agit d'un acte prémédité, d'une action bienveillante accomplie auprès de la personne. Cela aide à bâtir un lien de confiance, à apprivoiser le regard, la parole et le toucher, ainsi qu'à laisser un souvenir positif dans la mémoire affective. Ce faisant, le soin devient plus agréable et sécuritaire.

LA CAPTURE SENSORIELLE

Le travail de tout soignant comporte une forte dimension relationnelle. Soigner implique d'être en relation. Cette réalité exige savoir-faire et savoir-être.

La capture sensorielle est une technique qui favorise la collaboration et diminue les réactions défensives et les agressions, tout au long du soin.



Téléchargez la fiche technique : asstsas.qc.ca/ft2