

# COUNSELING



## FICHE PRATIQUE MIEUX COMPRENDRE LES BESOINS ET LES ATTENTES DES SALARIÉS\* PROCHES AIDANTS POUR MIEUX LES ACCOMPAGNER DANS L'ENTREPRISE

### Définition

En dehors d'une définition juridique stabilisée, le proche aidant ou aidant familial ou aidant d'un proche est une personne (femme ou homme), non professionnelle qui par défaut ou par choix, vient en aide de façon occasionnelle, récurrente ou permanente à une personne dépendante, en déficit d'autonomie de son entourage. (*Préserver nos aidants : une responsabilité nationale, Tome 2 : Proches aidants. Rapport Dominique Gillot, Juin 2018*)

### Des chiffres et des constats

D'après le baromètre des aidants réalisé en 2017 par la Fondation April en partenariat avec l'institut BVA <sup>(1)</sup> :

✓ **Il existe 11 millions d'aidants en France :**

- 51% sont actifs
- 75% ont moins de 65 ans.
- 58% des aidants sont des aidantes

✓ **Les principaux problèmes de santé des aidants sont :**

- 38% stress, anxiété
- 32% sommeil perturbé
- 30% douleurs physiques
- 31% ont tendance à délaissé leur santé
- 25% déclarent avoir été obligés de reporter des soins les concernant.

✓ **Les salariés proches aidants :**

- peuvent ne pas faire état de leur situation par crainte de stigmatisation ou par volonté de dissocier vie professionnelle et vie privée,
- ignorent souvent les dispositifs à saisir, ils ont besoin d'aide mais ne savent pas à qui s'adresser.

### Nature des activités d'appui des salariés aidants d'un proche ayant un cancer

**Elles sont de plusieurs types :** soutien moral, accompagnement à certaines consultations, communication avec les soignants, la famille, les amis, aide administrative, appui au soin à domicile...

**Elles varient en intensité en fonction du parcours de soins du proche malade :**

diagnostic - traitements intensifs - transition après les traitements - dans le cadre d'une rémission - guérison ou d'un échec des thérapeutiques de première ligne.

(1) Enquête réalisée par la Fondation April en partenariat avec l'Institut BVA les 12-13 mai et 19-20 mai 2017 par téléphone auprès d'un échantillon de 2007 personnes.

\*La forme masculine utilisée dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes, et ce dans le but d'alléger le texte.



## Les impacts du cancer du proche chez l'aidant

Ils sont d'ordre émotionnel, physique, professionnel, social et familial et se manifestent de manières diverses : anxiété, peur, fatigue, stress, troubles de l'humeur, troubles du sommeil, colère, surprotection...

**Chaque proche aidant pourra bénéficier de l'accompagnement en counseling adapté à sa demande, à sa situation et à ses priorités. Parmi les thèmes qui apparaissent comme incontournables dans l'accompagnement des proches aidants, on trouve :**

### ✓ La gestion concrète des activités d'aidants :

- anticipation des situations médicales,
- auto-apprentissages des soins de base,
- anticipation des urgences et apprentissage des procédures,
- prise en compte des besoins du proche malade.

### ✓ Les relations avec le système de soins :

- préparer sa liste de questions aux soignants sur les activités à réaliser en tant qu'aidant,
- collecter des noms et des numéros de téléphone utiles y compris pour les week-ends,
- demander des modifications ou une adaptation des horaires pour préserver son travail
- s'informer sur l'existence de services d'aide disponibles dans les lieux de soin,
- contacter sa mutuelle pour bénéficier de services d'accompagnement,
- demander la liste des associations et de leurs services.

### ✓ La santé et le bien-être de l'aidant :

- intégrer dans son emploi du temps des moments de répit, de repos, de récupération,
- modifier son organisation de travail si nécessaire,
- échanger avec d'autres salariés aidants pour partage d'expérience et de savoirs utiles,
- prendre soin de soi, de sa santé et maintenir une qualité de relation optimale avec son proche
- appréhender un nouveau registre émotionnel (incertitude, peurs, forces, résilience, espoirs)
- demander de l'aide en cas de fatigue, de découragement,
- veiller sur la qualité de son sommeil et consulter en cas de troubles du sommeil.

### ✓ Les possibilités offertes par l'entreprise :

- collecter des informations sur les négociations possibles : congés, aménagements temps de travail, aide financière, hors et intra accords d'entreprise et de branches
- aider au choix de type de congés adéquat en fonction des étapes de la maladie du proche, des types de soin requis, du type d'activité professionnelle...
- garder le lien avec des collègues choisis pendant les arrêts de travail.

### ✓ Ressources sur les droits des salariés proches aidants<sup>(1)</sup> :

- Le congé de proche aidant <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16920>
- Le congé de solidarité familiale <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1767>
- Le congé de présence parentale <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1631>
- Le don de jours de repos au parent d'un enfant gravement malade <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F32112>

\*Enquête réalisée par la Fondation April en partenariat avec l'Institut BVA les 12-13 mai et 19-20 mai 2017 par téléphone auprès d'un échantillon de 2007 personnes.  
(1) Préserver nos aidants : une responsabilité nationale, Tome 2 : Proches aidants. Rapport Dominique Gillot, Juin 2018, pages 34 et 35)