

Agressivité, quelles réactions ?

Interview de Thierry Hergueta, psychologue

Les points clés

- [Pourquoi une personne malade devient-elle agressive ?](#)
- [Quelle attitude avoir face aux attaques ?](#)
- [Et si l'on a besoin d'aide pour gérer cette situation ?](#)
- [Les personnes démentes sont-elles agressives ?](#)
- [Comment faire pour apaiser ces troubles du comportement ?](#)
- [Que faire si le refus de coopération persiste ?](#)

Entretien avec Thierry Hergueta, psychologue clinicien à la Fédération des maladies du système nerveux à l'hôpital de la Salpêtrière et auteur, avec Anne-Marie Bonnet, de « La maladie de Parkinson au jour le jour » aux Editions John Libbey Eurotext, 2007.

Pourquoi une personne malade devient-elle agressive ?

« L'impact psychologique de la maladie chronique revêt des formes différentes selon les individus. Certains s'isolent et « prennent sur eux », d'autres vont exprimer leur mal-être par une agressivité plus ou moins consciente envers les autres. Ceux-ci ne veulent pas « imposer » la maladie à leurs proches. Ils vont devenir impossibles et insupportables... pour les repousser. Le conjoint se révèle souvent la cible principale de cette réaction hostile, même si le sentiment d'amour est conservé. Généralement, l'agressivité cache une autre émotion, telle que : « j'ai peur », « je ne comprend pas », « je suis triste », « je souffre ». »

Quelle attitude avoir face aux attaques ?

« Il ne faut ni les prendre personnellement, ni y répondre pied à pied. Inutile de lutter, d'argumenter... parfois, il vaut mieux tourner les talons et laisser l'agressivité se « dégonfler ». Le proche devrait garder à l'esprit que ce n'est pas le contenu de l'agression qui compte, mais l'émotion sous-jacente. Il doit tenter de reconnaître celle-ci en écoutant le malade et en se montrant capable d'entendre ce qui ne va pas. Bien sûr, ce n'est pas facile : nous avons tous tendance à nous défendre de l'agression par l'agression. Un aidant, qui plus est, fait des sacrifices et donne beaucoup de lui-même. Il préférerait plutôt être encouragé et remercié pour ses efforts. »

Et si l'on a besoin d'aide pour gérer cette situation ?

« En général, les patients souffrant de maladies chroniques sont suivis par des spécialistes : c'est à eux que la demande d'aide pourrait être adressée. Le service intègre souvent un psychologue spécialisé. Habitué à travailler avec la maladie, au fait de ses symptômes, de ses traitements et de ses effets secondaires, il est à même d'en comprendre les conséquences psychologiques. Il peut mieux que tout autre rassurer et calmer l'angoisse du patient. Si l'hôpital n'en dispose pas, le spécialiste peut indiquer un psychologue de son réseau. »

Les personnes démentes sont-elles agressives ?

« La maladie d'Alzheimer ne provoque pas en soi d'agressivité sauf si l'on demande ou impose au patient des choses qu'il n'a pas envie de faire. N'ayant pas conscience de l'étendue de ses troubles et souffrant de pertes de mémoire, il peut s'opposer et ne pas se laisser faire. Les démences fronto-temporales (DFT), plus rares, entraînent des modifications majeures du comportement. Le malade, désinhibé, présente véritablement des troubles du contrôle de soi. Dans ce cas-là, l'agressivité est liée à la localisation frontale des lésions cérébrales. Cette zone peut être endommagée dans d'autres

circonstances : traumatisme crânien, accident vasculaire cérébral, rupture d'anévrisme, sclérose en plaque, tumeur ... Les personnes atteintes deviennent « à fleur de peau », ne supportent pas la contradiction et sont capables de violence. »

Comment faire pour apaiser ces troubles du comportement ?

« Une personne souffrant de troubles neurologiques perd une partie de ses capacités à juger le monde extérieur. Comme un aveugle, elle perd un sens et devient très sensible à l'environnement. Si le proche est inquiet et irritable, le malade le ressent et va réagir. Si le proche est calme, l'agitation et l'agressivité du malade diminuent nettement. L'attitude de l'aidant est donc absolument déterminante ! Il doit en premier lieu comprendre que le comportement de la personne n'émane pas du malade lui-même mais de la maladie. Elle ne lui permet plus de fonctionner comme avant. La démence est une pathologie très grave, même à son début, lorsque ses signes sont encore discrets. C'est évidemment une réalité difficile à admettre, mais cette prise de conscience augmente la capacité d'écoute et favorise une attitude compassionnelle. L'information favorise l'apaisement de toute la famille. »

Que faire si le refus de coopération persiste ?

« Relayer les soins à un professionnel. Cela se passe parfois étonnamment bien ! De nombreuses familles pensent que si leur proche malade refuse les soins qu'elles essayent de donner, il n'« acceptera jamais » la présence d'une aide extérieure. Nous mettons parfois six mois à la faire admettre à l'entourage, alors qu'une fois en place, elle est tout à fait bien acceptée par le malade... »

Agressivité, opposition : comment gérer les conflits ?

Les points clés

- [La réaction agressive à la maladie](#)
- [Un signal d'alarme](#)
- [Pour éviter que la situation n'empire et vous épuise...](#)
- [Les troubles du comportement consécutifs à des atteintes cérébrales](#)
- [Gérer les colères et le refus de coopération](#)
- [Quand la colère et le ressentiment vous envahissent](#)
- [Si ça ne s'améliore pas : pensez « sécurité »](#)

Lorsqu'elles deviennent malades ou dépendantes, certaines personnes deviennent irascibles : elles font des reproches à leurs proches, se mettent en colère ou refusent de coopérer... Elles semblent abusives ou ingrates. Anxiété ou lésions du cerveau peuvent causer cette agressivité. Il n'y a pas lieu d'accepter une situation qui vous fait souffrir ou vous épuise : sachez vous protéger du stress.

La réaction agressive à la maladie

Une personne atteinte d'une maladie grave peut se comporter de manière agressive envers les proches ou les soignants. Cette attitude est souvent l'expression détournée d'un **sentiment d'injustice face à la maladie, de la peur de la mort, de la dépendance ou de l'abandon**... Certaines personnes, naguère actives et autoritaires, ressentent un véritable dégoût vis-à-vis de la vulnérabilité que leur impose la maladie ... Elles sont alors querelleuses pour se sentir encore puissantes. Ces **réactions « de défense »**, bien connues des psychologues, sont **difficiles à vivre** pour les proches. De plus, les maladies chroniques entraînent généralement une fatigue physique qui abaisse le seuil de tolérance au stress et augmente l'irritabilité.

Un signal d'alarme

Douleur non détectée ? Effets secondaires de médicaments ? Si vous avez un doute sur l'origine de la colère ou du manque de coopération de votre proche, sollicitez l'avis du médecin traitant ou des infirmiers qui le visitent.

Pour éviter que la situation n'empire et vous épuise...

- Soyez indulgent en gardant à l'esprit la cause réelle de cette agressivité.
- Adoptez une attitude calme et sereine.
- Ne prenez pas ses agressions personnellement.
- Cherchez à éviter tout différent et ne réagissez pas « au quart de tour » à ses attaques.

Lorsque votre proche malade est calme et bien disposé, dites-lui gentiment mais fermement à quel point ses colères sont difficiles à supporter. En parlant avec lui, tentez de comprendre la peur ou la tristesse qui se cache derrière cette agressivité.

Les troubles du comportement consécutifs à des atteintes cérébrales

Les personnes atteintes de lésions au niveau de certaines parties du cerveau peuvent perdre la capacité à se contrôler. Elles réagissent parfois en criant, jurant et accusant la personne qui les aide. Les personnes souffrant d'Alzheimer peuvent également refuser de coopérer aux soins. A cette fameuse

réaction de défense « agressive » s'ajoutent là les conséquences directes des lésions cérébrales sur le comportement et les facultés de communication.

Gérer les colères et le refus de coopération

Pour vous protéger du stress, tentez **de garder votre sérénité**. Evitez à votre proche les sources inutiles d'énervement (bruit, agitation) et en cas d'accès de colère, expérimentez différentes méthodes pour les atténuer :

- "Je me rends compte à quel point tu es énervé(e), et je te comprends".
- **L'humour** : Prenez les choses plus à la légère, sans mépris.
- **La diversion** : Changez de sujet rapidement.
- **La pause** : Dites à la personne que vous avez quelque chose à faire dans une autre pièce, et que vous reparlerez de tout ça un plus tard. Cela lui donnera le temps de se calmer, et à vous, de souffler un peu.

Votre proche refuse de collaborer aux soins :

- La maladie peut l'empêcher de réagir aussi vite que vous le souhaitez. De plus, il a ses propres horaires et habitudes.
- **Soyez attentif**. Il peut être désorienté, mal installé, souffrir physiquement... Prenez le temps de lui demander s'il se porte bien.
- **Décodez**. Il peut refuser de prendre son bain par pudeur.
- **Lâchez prise**. Remettez à plus tard les soins personnels si votre proche est contrarié.
- **Déléguiez**. Les soins prodigués par une aide-soignante sont souvent mieux acceptés que ceux des conjoints.

Quand la colère et le ressentiment vous envahissent

Vous pouvez être poussée à bout par les agressions continues de votre proche. Votre rage contenue risque d'exploser en colère, dirigée cette fois contre lui. Pour « dégonfler » la situation, ne prenez pas les choses trop à cœur. Relativisez vos points de divergence anodins et n'accumulez pas les rancunes. Faites-vous aider pour diminuer votre stress : sollicitez une auxiliaire de vie, une aide ménagère, l'aide d'un autre membre de la famille de confiance... Confiez-vous à un(e) ami(e) ou consultez un psychologue spécialisé : votre médecin ou le personnel de l'hôpital pourra vous orienter.

Si ça ne s'améliore pas : pensez « sécurité »

Ne vous mettez pas en danger en tentant de gérer un accès de violence. Eloignez-vous de votre proche et appelez les secours.