

# SYNTHÈSE DE L'INTERVENTION ÉDUCATIVE AUPRÈS DE LA PERSONNE ASTHMATIQUE VIVANT AVEC UN ANIMAL AUQUEL ELLE EST ALLERGIQUE

Songe à se séparer de son animal ? (p. 1)\*

Stade

NON

OUI,  
dans les prochains mois

OUI,  
se prépare à le faire

**Pré-réflexion**

La personne n'a pas l'intention de se séparer de l'animal.

**Réflexion**

La personne est consciente que l'animal peut aggraver son asthme. Elle songe à s'en départir mais est ambivalente.

**Préparation**

La personne envisage de se séparer de l'animal dans un temps relativement court. Elle a pris quelques moyens et fait quelques démarches pour y parvenir.

But

Aider la personne à amorcer une réflexion sur l'éviction de l'animal domestique.

Aider la personne à cheminer vers une décision éclairée (avantages vs désavantages).

Aider la personne à se préparer à l'éviction de l'animal et à trouver des stratégies pour surmonter les obstacles.

1<sup>ère</sup> rencontre

Exprimer :

- sa sensibilité à l'égard de cette décision, et sa responsabilité (obligation) de faire la recommandation de se départir de l'animal;
- la pertinence de réfléchir sur le sujet (conséquences du contact allergique sur l'asthme à moyen et long terme).

Présenter l'outil d'aide à la réflexion (les sections relatives aux stades).  
Proposer de remplir un journal de bord.  
Respecter le choix de la personne de faire ou non la démarche.  
Fixer une prochaine rencontre.  
Préciser l'objet de la prochaine rencontre : revenir sur sa réflexion et amorcer ou poursuivre l'enseignement du plan - d'action en cas de détérioration de l'asthme à partir du journal de bord ou des critères de maîtrise de l'asthme.

2<sup>e</sup> rencontre (Questionner/explore)

Qu'avez-vous retenu de votre lecture ?  
Croyez-vous qu'il y a un lien entre votre asthme et votre animal ?  
Selon vous, quelle est la gravité de votre asthme ? votre niveau de maîtrise actuel ?  
Quels sentiments suscite chez vous ce degré de gravité ?  
Que représente votre animal pour vous ? pour vos proches ?  
Quels sentiments éprouvez-vous à l'idée de vous séparer de votre animal ?  
Comment réagiraient les personnes qui partagent votre vie si vous vous sépariez de votre animal ?  
**Pour la personne en réflexion**  
Quels sont les avantages et les inconvénients de vous séparer de votre animal ?  
Comment pensez-vous faire face aux inconvénients ?  
*Notez ces informations pour le suivi.*

Qu'est-ce qui vous a décidé ?  
Quels moyens avez-vous envisagés pour faciliter le départ de l'animal ?  
Avez-vous des inquiétudes ou des questions à ce sujet ? (*Deuil de l'animal, gestion des émotions, négociation avec la famille, réactions des proches*).  
Comment comptez-vous faire face à ces difficultés ?  
Qui vous soutient dans votre démarche ?  
Quand comptez-vous vous départir de votre animal ?  
*Notez ces informations pour le suivi.*

EXEMPLE

Faire preuve d'écoute active et témoigner de l'empathie. Encourager et soutenir l'expression des émotions.

2<sup>e</sup> rencontre (Intervenir)

Recentrer ou renforcer les connaissances (*réaction inflammatoire, conséquences : augmentation des symptômes, du besoin de médicaments, restructuration des bronches*).  
Féliciter les acquis.  
Reconnaître que l'idée de se départir de l'animal peut susciter beaucoup d'émotions.  
Encourager la prise de mesures alternatives (p. 7).  
**Pour la personne en réflexion**  
Explorer les stratégies d'adaptation utilisées par le passé pour surmonter une séparation ou un deuil avec un animal ou un être cher. Renforcer sa capacité de s'adapter à des situations difficiles.  
Examiner avec elle les moyens susceptibles de diminuer les inconvénients (p. 23)  
L'encourager à poursuivre sa réflexion :  
en continuant d'être attentive à l'évolution de ses symptômes d'asthme;  
en parlant de la situation avec ses proches;  
en cherchant de l'information sur des sites Internet ou auprès d'organismes (p. 33),  
ou en lisant des documents crédibles.

Renforcer les avantages perçus par la personne quant à l'éviction de l'animal.  
L'encourager à garder ces avantages en tête ou à les relire si la volonté vient à fléchir.  
Faire un bilan conjoint des barrières et solutions.  
Vérifier sa capacité à appliquer les moyens envisagés (≥ 70 % = réaliste).  
L'encourager à mettre en place le plan d'action envisagé.

2<sup>e</sup> rencontre (Conclure)

Réaffirmer votre soutien et le respect de la décision de la personne.  
Souligner que vous êtes disponible pour en reparler si elle reconsidère la question.  
Laissez vos coordonnées.

Réaffirmer votre soutien.  
Valider le besoin de soutien additionnel et la nature du soutien souhaité.  
Offrir la possibilité d'un suivi (téléphonique ou rencontre).  
Laissez vos coordonnées.

Réaffirmer votre soutien.  
Valider le besoin de soutien additionnel et la nature du soutien souhaité.  
Offrir la possibilité d'un suivi (téléphonique ou rencontre).  
Laissez vos coordonnées.

\* Les pages inscrites renvoient à l'outil d'aide à la réflexion.