

Modèles inspirants : la méthode de VALIDATION

Le secteur des établissements d'accueil et d'hébergement pour personnes âgées a été secoué ces derniers mois par la crise Covid et par le scandale ORPEA.

Notre ASBL a trouvé opportun de vous proposer, tout au long de cette année 2023 et via ses newsletters, des focus sur des modèles/méthodes inspirants : le modèle TUBBE, l'approche Montessori, la Méthode Validation, l'Humanitude, le Culture Change, ...

Autant de marches à suivre qui apportent du dynamisme, des remises en question des vieux systèmes, des attentions et organisations centrées sur la personne - qu'elle soit résident(e) ou professionnel(le) -, des stratégies collaboratives et participatives, ...

Ces initiatives n'ont pas attendu les crises pour exister et pour être adoptées par les maisons de repos et les maisons de repos et de soins mais elles ont été encouragées et mises en avant depuis lors avec plus d'acuité.

Toutes ces démarches sont complémentaires et peuvent se renforcer mutuellement.

Mais quelles sont-elles concrètement, qu'est-ce qui fait leur singularité ?

Après avoir approfondi le « modèle TUBBE » en février, et la pédagogie MONTESSORI en mars dernier et la méthodologie *Humanitude* en avril, nous nous penchons ce mois-ci sur la méthode de VALIDATION de Naomi FEIL.

D'où vient cette méthode ?

La méthode de VALIDATION a été créée par **Naomi FEIL**, psychosociologue américaine. Elle a élaboré entre 1963 et 1980 une méthode destinée à favoriser la communication avec les personnes âgées en perte d'autonomie psychique.

Naomi FEIL considère les troubles du comportement de la personne âgée démente à la fois comme des mécanismes de défense, mais aussi comme des tentatives pour résoudre des conflits anciens. Elle fonde notamment son approche sur les conceptions des stades de développement d'Erik Erikson, où chaque stade de développement correspond à des tâches particulières à accomplir. À cette théorie, **Naomi FEIL** ajoute un dernier stade : celui de la résolution, où il s'agit de mettre de l'ordre dans sa vie avant de la quitter.

En quoi consiste cette méthode ?

La "Validation" est un moyen de communiquer avec les personnes âgées désorientées. Cette méthode est largement répandue dans le monde. Elle consiste à "valider" les sentiments ou les émotions des personnes atteintes de démence de type Alzheimer. Là où, face à des propos incohérents ou des comportements inadaptés, nous sommes tentés de réagir ou de nous opposer, la "Validation" s'attache à identifier, comprendre et approuver les sentiments et les besoins sous-jacents. En écoutant le résident d'une façon spécifique, on peut découvrir comment la personne désorientée voit la réalité.

Ainsi la validation repose en grande partie sur l'**empathie** et donc sur la reconnaissance des émotions de l'autre. Il s'agit de restaurer la dignité en repoussant le sentiment douloureux d'inutilité et de solitude.

La mise en pratique de la Validation passe par la maîtrise de plusieurs techniques de communication verbales et non verbales. Il ne s'agit pas tant d'analyser les faits du passé que de construire une relation de confiance. Cette confiance développera un sentiment de sécurité qui permettra de tenter de « rejoindre » le patient et de l'accompagner par le regard, la parole et le geste, dans l'exploration de sa réalité subjective.

Plusieurs étapes sont proposées :

- 1. Se centrer : on ne peut pas entrer dans une relation véritablement empathique si on est parasité par nos propres préoccupations, par nos propres angoisses.... Il convient donc de se centrer sur soi pour se libérer de toutes nos préoccupations afin d'être complètement disponible à la rencontre de l'autre.
- 2. Observer : repérer l'état émotionnel de la personne, notamment grâce aux indices non-verbaux. Qu'est-ce qu'elle manifeste comme émotion ? Quelles sont les expressions de son visage ? Refléter ensuite l'attitude de la personne en se mettant au même rythme qu'elle : on peut par exemple synchroniser sa respiration, harmoniser son attitude en modulant sa voix, et en accordant ses mouvements et ses mimiques.
- 3. Trouver la distance appropriée : être suffisamment proche tout en respectant la distance dont la personne a besoin. Il s'agit d'une approche respectueuse et attentive, où la distance est adaptée volontairement pour ne pas paraître ni trop distant, ni trop intrusif.
- 4. Se mettre en empathie : capacité à se mettre en résonance avec l'état émotionnel de l'autre. L'empathie nous permet de ressentir en partie les émotions de l'autre, et lui permet de se sentir compris.
- 5. Utiliser des techniques verbales ou non-verbales adéquates : Naomi FEIL décrit un certain nombre de techniques pour communiquer avec une personne démente. Elle aborde notamment la gestion des situations où la personne est désorientée, et ce, en fonction des étapes d'évolution de la maladie.
- 6. Terminer la rencontre sur une note positive : Il est essentiel de terminer la rencontre sur une note positive afin d'ancrer la note positive de la rencontre dans la mémoire émotionnelle et de faciliter les échanges ultérieurs.

Quels sont les objectifs de cette philosophie ?

« Valider » quelqu'un signifie reconnaître que son comportement a du sens, reconnaître que la personne a une valeur, et ce, même si nous ne la comprenons pas toujours. L'objectif n'est pas de découvrir le sens, mais de reconnaître qu'il y en a un.

En accompagnant l'expression des émotions et peut-être la résolution d'anciens conflits de la personne âgée, le professionnel et/ou l'aidant s'efforce de réduire les risques de contention physique ou chimique, de repli sur soi et d'évolution vers l'état végétatif, pour lui permettre de continuer à s'inscrire dans une vie qui a un sens.

Retour d'expériences ?

Parmi les documents parcourus pour la rédaction de cet article, nous avons trouvé une étude qui traite notamment des effets positifs de la méthode (<https://www.cairn.info/revue-gerontologie-et-societe-2008-3-page-189.htm>) :

« Dans le cadre de la certification du CHU de Reims, le pôle EHPAD a consacré une démarche d'évaluation des pratiques professionnelles (EPP), à la prise en charge non médicamenteuse des personnes âgées atteintes de maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés. Débutée en 2007 au sein d'une unité de 60 lits, elle inclut la formation de l'équipe à la pratique des Bases de la **Validation**, sur le principe d'un volontariat.

En 18 mois, dans cette unité, l'usage des neuroleptiques s'est fortement réduit (...). Les soignants déclarent se sentir moins démunis face aux comportements agressifs, plus capables de comprendre les demandes et besoins des personnes atteintes, plus satisfaits des relations avec les résidents et entre collègues. Ils se disent fédérés par un projet commun et dépositaires de compétences que les services voisins viennent solliciter.

L'encadrement confirme le regain de motivation, associé à une chute des deux tiers de l'absentéisme et une amélioration de l'image de l'unité auprès des proches, attestée par une diminution des plaintes de familles qui se disent mieux accueillies. L'ensemble du pôle enregistre une progression du nombre de postulants pour travailler dans les petites unités de vie, l'accueil de jour et l'accueil temporaire pour patients Alzheimer. »

Comment procéder pour introduire ce modèle ?

Naomi FEIL a fondé l'Institut de formation pour la Validation (Validation Training Institute — VTI) en 1983. Depuis sa création, VTI, une organisation à but non lucratif basée aux États-Unis, a progressivement développé des niveaux de certifications, des programmes de formation et s'est construit un réseau d'organismes nationaux ou régionaux dédiés à la Validation.

En Belgique, à notre connaissance, il n'existe qu'un centre de formation. Il s'agit de l'Institut Rhapsodie : <https://www.rhapsodie.info/validation/formation-de-praticien-en-validation%C2%A9-individuelle---opleiding-individuele-validationwerker>

Le mois prochain, nous nous attarderons sur le modèle du « *culture Change* »