

Questionnaire d'autoévaluation

**Bienveillance
et maltraitance**
vécues par les personnes
proches aidantes (PPA)



Mise en contexte

Ce questionnaire d'autoévaluation de la bienveillance et de la maltraitance envers les personnes proches aidantes (PPA) vise à vous permettre de réfléchir à votre rôle de PPA et au contexte dans lequel vous le vivez actuellement. Celui-ci vise une prise de conscience et l'ouverture à des discussions concernant les situations que vous pouvez vivre dans votre rôle de PPA.

Attention

Ce questionnaire ne permet pas d'établir un diagnostic. Les questions et réponses pourraient toutefois éclairer différentes zones d'ombre dans votre rôle de PPA.

Ce questionnaire a été conçu pour que vous puissiez le remplir de façon autonome.

Toutefois, vous pouvez choisir de le remplir accompagné par une ressource professionnelle du milieu communautaire ou du milieu de la santé et des services sociaux, afin de pouvoir discuter des émotions suscitées selon les différents contextes.

Si vous optez pour le remplir de façon autonome, sachez que des ressources sont disponibles pour vous accompagner.

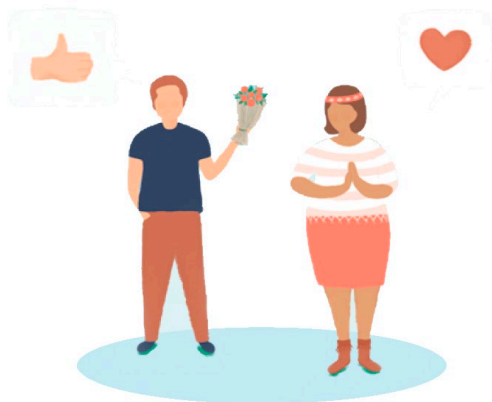
(Voir le répertoire à la fin du questionnaire).

Qu'est-ce que la bientraitance envers les personnes proches aidantes (PPA)?

La bientraitance envers les personnes proches aidantes est une démarche d'accompagnement globale et une responsabilité partagée. Elle vise à promouvoir leur soutien, l'écoute de leurs besoins et la valorisation de leur apport, de leurs expériences et de leurs expertises dans la vie quotidienne afin de prévenir la maltraitance.

Éthier, S., Andrianova, A., Beaulieu, M., Perroux, M., Boisclair, F., Guay, M.-C., Guilbeault, C. et Fortier, M. (2020).

La maltraitance envers les personnes âgées proches aidantes (PAPA) et les personnes proches aidantes d'ânés (PPAA) : reconnaître, sensibiliser et prévenir. Université Laval et Proche aidance Québec.



La bientraitance des PPA est une responsabilité partagée

La proche aidance est un phénomène sociétal qui touche ou touchera tout le monde. Bien que nous soyons les premières personnes responsables de notre bien-être et de nos choix, nous interagissons constamment avec notre environnement. Ainsi, la bientraitance des PPA est une responsabilité dans laquelle tout le monde a son rôle à jouer. Plus particulièrement, nous pensons ici à l'entourage de la PPA (famille traditionnelle ou choisie, communauté, partenaires, réseau amical, voisinage, etc.), à la personne aidée et aux institutions (réseau de la santé et des services sociaux, réseau communautaire, etc.). C'est pourquoi le présent questionnaire sera divisé en quatre sections :

1. Mon rôle de PPA et moi
2. Mon rôle de PPA et mon entourage
3. Mon rôle de PPA et la personne aidée*
4. Mon rôle de PPA et les institutions.

***Il est important de garder en tête que la personne aidée, dépendamment de sa situation de santé, peut volontairement ou involontairement commettre des actes de maltraitance.**



Comment remplir le questionnaire ?

Pour répondre à ce questionnaire, nous vous demandons de penser aux six derniers mois dans votre rôle de PPA, afin de faire le portrait de votre situation actuelle. Ce questionnaire prend environ 30 minutes à remplir.

Répondez le plus honnêtement à tous les énoncés, en choisissant une seule réponse.

Les réponses possibles sont les suivantes :

1. Tout à fait d'accord
2. Plutôt d'accord
3. Ni en accord ni en désaccord
4. Plutôt en désaccord
5. Tout à fait en désaccord
6. Ne s'applique pas à ma situation / Ne sait pas*

*Il se peut que certains énoncés ne s'appliquent pas à vous.

Dans mon rôle de personne proche aidante...

ÉNONCÉS : Dans mon rôle de personne proche aidante...	Tout à fait d'accord	Plutôt en accord	Ni en accord ni en désaccord	Plutôt en désaccord	Tout à fait en désaccord	Ne s'applique pas / Ne sait pas
... je sens que j'ai des attentes réalistes et raisonnables à mon égard.						
... je me sens indispensable, sans moi, il n'y aurait personne pour soutenir la personne aidée.						
... je me sens coupable lorsque je prends du temps pour moi.						
... je parviens à conserver un équilibre entre mon rôle de PPA et ma vie personnelle (relations, pratique religieuse...).						
... je suis très critique envers moi-même.						
... je me blâme souvent pour des situations malheureuses qui arrivent avec la personne aidée.						
... je me donne droit à l'erreur.						
... je justifie les comportements inadéquats de la personne aidée à mon égard (gestes agressifs ou déplacés, situations malaisantes ou autre), en raison de son âge, de sa maladie ou de ses difficultés.						
... je sens qu'il est facile pour moi d'aller chercher du soutien (de l'information, du répit, du soutien émotionnel, etc.).						
... j'ai l'impression de contribuer au rétablissement, au maintien et à l'amélioration de la qualité de vie de la personne aidée.						
... j'ai confiance en mes capacités et mes aptitudes à soutenir la personne aidée.						
... j'observe que mon rôle est vraiment important au sein de mon entourage et de ma communauté.						
... je sens que je peux respecter mes valeurs.						
... je fais passer les besoins de la personne aidée avant ma propre santé physique ou psychologique.						
... je tolère l'utilisation de violence (physique, psychologique ou sexuelle) à mon égard.						
... j'ai subi des pertes de revenus reliées aux journées de travail manquées pour soutenir la personne aidée.						
... je sens qu'il est difficile pour moi de maintenir un emploi ou j'ai refusé un emploi pour prendre soin de la personne aidée.						
... je connais les mesures gouvernementales de conciliation proche aidance-travail ou celles dans mon milieu de travail.						
... je débourse de ma poche pour les besoins de la personne aidée (loyer, nourriture, soins, transports, formulaires, etc.) et je ne demande pas de remboursement par la suite.						

Dans mon rôle de personne proche aidante, mon entourage et/ou ma communauté...

ÉNONCÉS : Dans mon rôle de personne proche aidante, mon entourage et/ou ma communauté :	Tout à fait d'accord	Plutôt en accord	Ni en accord ni en désaccord	Plutôt en désaccord	Tout à fait en désaccord	Ne s'applique pas / Ne sait pas
... m'offrent l'espace pour discuter d'une modification de mon engagement.						
... me mettent de la pression pour endosser ce rôle.						
... participent aux décisions, aux tâches et soutiennent la personne aidée.						
... ont des attentes raisonnables et réalistes à mon égard.						
... utilisent mes caractéristiques personnelles (identité de genre, orientation sexuelle, culture, religion, profession, position dans la fratrie, etc.) pour m'imposer des tâches ou responsabilités.						
... se rendent disponibles lorsque je demande du soutien.						
... ont confiance en mes décisions et mes choix envers la personne aidée.						
... me critiquent ou me font des reproches.						
... justifient ou excusent les comportements inadéquats de la personne aidée à mon égard en raison de son âge, de sa maladie ou de ses difficultés.						
... considèrent qu'il est de ma responsabilité ou de mon devoir d'endosser ce rôle.						
... reconnaissent l'importance et l'apport de mon rôle.						
... m'impliquent et me considèrent dans les différentes prises de décisions.						
... m'encouragent et m'aident à prendre soin de moi (considèrent mes besoins, en m'offrant du répit, du soutien émotionnel, etc.).						
... ont répandu des propos diffamatoires qui portent atteinte à ma réputation.						
... m'ont fait subir des injures, des cris, des paroles blessantes ou offensantes.						
... m'ont fait subir de la violence physique pour me contraindre à remplir mon rôle.						
... m'ont fait subir de la manipulation ou de l'intimidation.						
... reconnaissent qu'il y a des pertes de revenus ou des dépenses liées à mon rôle.						
... facilitent l'accès aux informations nécessaires pour gérer les avoirs de la personne aidée, payer ses soins ou toute dépense la concernant.						
... me dédommagent financièrement ou remboursent certaines dépenses liées à ce rôle (transport, médicaments, répit, etc.).						

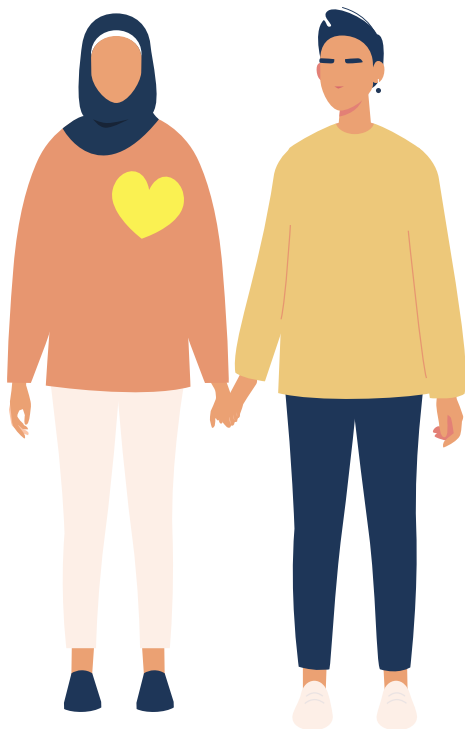
Dans ma relation avec la personne aidée...

ÉNONCÉS : Dans ma relation avec la personne aidée...	Tout à fait d'accord	Plutôt en accord	Ni en accord ni en désaccord	Plutôt en désaccord	Tout à fait en désaccord	Ne s'applique pas / Ne sait pas
... elle respecte mes disponibilités et mes capacités.						
... elle a des attentes réalistes et raisonnables à mon égard.						
...elle m'oblige à effectuer mon rôle dans des conditions qui ne me conviennent pas.						
... elle me permet de modifier mon engagement à tout moment.						
... elle me fait souvent des critiques ou des reproches.						
... elle prend pour acquis mon aide (elle estime qu'il est « normal » ou « de mon devoir » d'occuper ce rôle).						
... elle justifie ses comportements inadéquats (gestes agressifs ou déplacés, situations malaisantes ou autre) à mon égard, en raison de son âge, de sa maladie ou de ses difficultés.						
... elle considère les répercussions que peuvent avoir ses décisions (par exemple: refuser des services ou des soins, etc.) sur mon rôle.						
... elle reconnaît l'utilité de mon aide dans le maintien, l'amélioration ou le rétablissement de sa qualité de vie.						
... elle m'offre la possibilité de participer aux prises de décisions la concernant.						
... elle m'offre la possibilité de participer aux suivis médicaux ou psychosociaux.						
... elle a confiance en mes connaissances et mes compétences quant à sa situation.						
... elle considère que mes besoins sont importants et elle m'encourage à prendre soin de moi. Ainsi, je peux avoir du répit, recevoir des services pour mon rôle, du soutien émotionnel, etc.						
... elle a émis de fausses accusations de vol ou de la diffamation qui portent atteinte à ma réputation.						
... elle me fait sentir coupable pour ses pertes ou ses douleurs physiques ou cognitives.						
... elle a déjà utilisé des injures, des cris, des paroles blessantes, offensantes et cruelles à mon égard.						
... elle m'a déjà fait subir du harcèlement, de la manipulation ou de l'intimidation.						
... elle tente d'avoir le contrôle sur mes actions ou mon emploi du temps.						
... elle a déjà utilisé de la violence physique (pousser, frapper, mordre, lancer des objets, etc.).						
... elle a déjà utilisé de la violence à caractère sexuel (agressions, exhibitionnisme, voyeurisme, privation de sexualité, obligation de rapports sexuels, etc.).						

Dans ma relation avec la personne aidée...



ÉNONCÉS : Dans ma relation avec la personne aidée...	Tout à fait d'accord	Plutôt en accord	Ni en accord ni en désaccord	Plutôt en désaccord	Tout à fait en désaccord	Ne s'applique pas / Ne sait pas
... elle me fait du chantage ou des menaces sur le plan financier (menace de retirer l'héritage, menace de cesser de payer pour les biens communs ou individuels, menace de perdre mon logement, etc.).						
... elle respecte mes besoins et mes limites quant à mon emploi (congs, besoins financiers, rendez-vous professionnels, etc).						
... elle paie pour ses besoins ou me rembourse les sommes avancées, advenant le cas que des dépenses sont nécessaires pour la soutenir.						
... elle utilise ses caractéristiques personnelles (identité de genre, orientation sexuelle, culture, religion, etc.), pour justifier ses demandes.						
... elle utilise les spécificités de notre relation pour m'imposer des tâches (couple marié, couple non marié, couple homosexuel, couple non traditionnel, etc.).						



Dans mon rôle de personne proche aidante, les institutions et leur personnel...

ÉNONCÉS : Dans mon rôle de personne proche aidante, les institutions et leur personnel...	Tout à fait d'accord	Plutôt en accord	Ni en accord ni en désaccord	Plutôt en désaccord	Tout à fait en désaccord	Ne s'applique pas / Ne sait pas
... me transmettent de l'information à un rythme qui me convient ou à des moments appropriés pour moi.						
... considèrent qu'il est de ma responsabilité et de mon devoir d'être une personne proche aidante.						
... m'informent des changements importants concernant la situation de la personne aidée.						
... m'offrent la possibilité de participer aux suivis médicaux ou aux prises de décisions.						
... reconnaissent ma contribution à la société et/ou à ma communauté.						
... reconnaissent l'importance de mon aide dans le maintien, l'amélioration ou le rétablissement de la qualité de vie de la personne aidée						
... ignorent mes connaissances, mes compétences et mes observations.						
... se soucient de mes besoins, en plus des besoins de la personne aidée.						
... manquent de ressources pour répondre à mes besoins.						
... me font subir du harcèlement, de la manipulation, de l'intimidation ou un manque de considération.						
... s'adressent généralement à moi avec empathie, respect, courtoisie et bienveillance.						
... me proposent une médication concernant des problèmes de sommeil ou d'anxiété plutôt que d'explorer les causes et des solutions.						
... m'offrent des services gratuits.						
... me facturent pour obtenir des soins, de l'équipement ou pour remplir des formulaires pour la personne aidée.						
... m'ont informé des mesures financières de soutien (crédit d'impôt, congés possibles, assurance-emploi, etc.).						
... ont pris en compte les caractéristiques personnelles (identité de genre, orientation sexuelle, culture, religion, profession, position dans la fratrie, etc.) de la personne aidée, dans l'aide apportée.						
... ont pris en compte mes caractéristiques personnelles (identité de genre, orientation sexuelle, culture, religion, profession, position dans la fratrie, âge, etc.), dans les prises de décisions.						
... n'ont pas reconnu mon statut de proche aidant et/ou mes besoins spécifiques en raison de mes caractéristiques personnelles (identité de genre, orientation sexuelle, culture, religion, profession, position dans la fratrie, âge, etc.), dans les prises de décisions.						

En conclusion

Qu'est-ce que la maltraitance envers les PPA?

L'exercice du rôle de proche aidant peut comporter un risque de maltraitance qui affecte la personne proche aidante. Cette maltraitance provient des institutions, de l'entourage, de la personne aidée ou de la personne proche aidante elle-même. Qu'elle soit intentionnelle ou non, elle se manifeste par l'absence d'actions appropriées, une attitude ou un geste qui se produit une seule fois ou se répète. La maltraitance envers les personnes proches aidantes peut prendre une ou plusieurs de ces formes et se modifier dans le temps :

- Imposer le rôle de proche aidant et surresponsabiliser;
- Normaliser le rôle de proche aidant et la maltraitance vécue dans l'exercice de ce rôle;
- Juger les façons de faire de la personne proche aidante;
- Nier l'expertise de la personne proche aidante et sa contribution familiale et sociale;
- Nier les besoins de la personne proche aidante;
- Utiliser de la violence psychologique, physique ou sexuelle à son endroit;
- Contribuer à son appauvrissement.

Il faut garder à l'esprit que toutes les personnes proches aidantes (PPA) ne sont pas maltraitées dans l'exercice de leur rôle et que la maltraitance est perçue différemment selon les personnes et le contexte. Toutefois, reconnaître ses manifestations est un premier pas important.

Les résultats



Si vous avez répondu
« **Tout à fait d'accord** »
et « **Plutôt d'accord** »
à la majorité des énoncés en orange,
nous vous invitons à continuer
de cultiver ces comportements
bienveillants.



Si vous avez répondu
« **Tout à fait d'accord** » et « **Plutôt d'accord** »
à la majorité des énoncés en bleu,
il serait intéressant d'en parler avec une
personne de confiance ou de contacter
une ressource professionnelle du milieu
communautaire ou du milieu de la santé et
des services sociaux pour faire
le point sur votre situation.
Ce questionnaire peut être un outil pour
ouvrir une discussion à ce sujet.



Ressources générales

Automaltraitance :

- Contacter un organisme communautaire de soutien afin de connaître vos droits et les mesures existantes afin d'être soutenu par une ressource professionnelle : www.procheaidance.quebec
- L'Appui : <https://www.lappui.org/Trouver-des-ressources/Service-Info-aidant>
1 855 852-7784

Maltraitance de la part de la personne aidée ou de l'entourage :

- Organisme communautaire de soutien pour interventions familiales
- Ligne Info Abus Aînés : 1 888 489-2287
- SOS Violence conjugale : 1 800 363-9010
- Équijustice de ta région
- Éducaloi : <https://educaloi.qc.ca/dossier/proches-aidants/>

Maltraitance institutionnelle :

- Communiquer avec une personne de l'équipe traitante en qui j'ai confiance.
- Comité des usagères et usagers ou le comité des résidentes et résidents
- Centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP)
- Commissaires aux plaintes des CIUSSS-CISSS
- Protecteur du citoyen (pour toutes les institutions publiques et organismes communautaires)
- Ordres professionnels : Collège des médecins, Ordre des infirmières, etc.



Un merci particulier aux membres du comité consultatif du projet

Noms des membres du comité en ordre alphabétique :

Anna Andrianova (*Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale - Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal*)

Josée Duteau (*Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke*)

Sophie Éthier (*Université Laval*)

Anaïs Fortin-Maltais (*Jeffery Hale Community Partners | Wellness Centre*)

Johanne Gagné (*Regroupement des proches-aidants d'Abitibi-Ouest*)

Claudine Beaulieu et Audrey Martin (*Commission de la santé et des services sociaux des Premières Nations du Québec et du Labrador*)

Julie Légaré (*Centre intégré de santé et services sociaux de Chaudière-Appalaches*)

Laetitia Muteteli (*Alliance des communautés culturelles pour l'égalité dans la santé et les services sociaux*)

Diana Pizzutti et Heloïse Muller-Beauté (*Y des femmes de Montréal*)

Julien Rougerie (*Fondation Émergence*)

Marika Tessier (*Proche aide Québec*) Organisme porteur de la création de ce questionnaire.

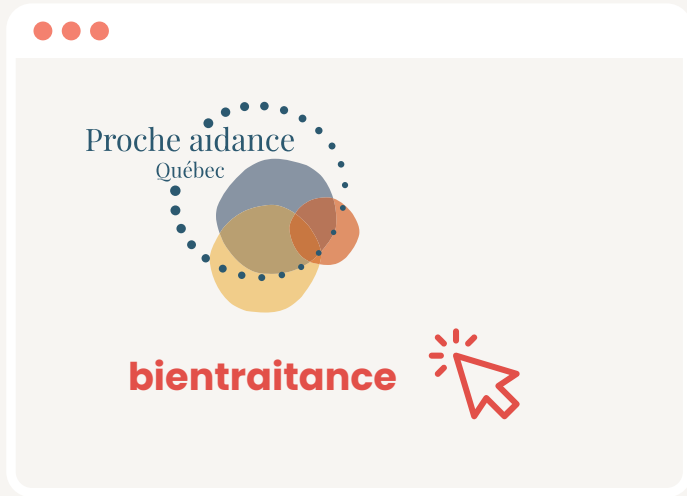
UN MERCI TOUT SPÉCIAL À

Marie Beaulieu, Ph. D., MSRC/FRSC, précédente titulaire de la Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes âgées.

Pour citer ce document : Tessier, M., Éthier, S., Andrianova, A., Duteau, J., Fortin-Maltais, A., Gagné, J., Beaulieu, C., Martin, A., Légaré, J., Muteteli, L., Pizzuti, D., Muller-Beauté, H., Rougerie, J. (2023). Questionnaire d'autoévaluation. Bientraitance et maltraitance vécues par les personnes proches aidantes. <https://procheaide.quebec/autoevaluation>

Date de la dernière mise à jour : décembre 2023

Pour toutes questions sur ce questionnaire, vous référez à Proche aide Québec.



**La boîte
à outils!**



www.procheaidance.quebec