VOUS ÊTES PARENTS D'UN JEUNE AYANT VÉCU UN CANCER PÉDIATRIQUE?

Préparer son jeune à la transition

En tant que parent d'un jeune ayant vécu un cancer, le fruit de votre travail acharné et votre dévouement vous a mené à la rémission de votre enfant. Maintenant que cette étape majeure est franchie, une autre étape commence : celle de la transition vers les soins adultes. Vous pouvez êtes fiers de la force et la résilience qui ont été nécessaires pour atteindre cette phase de transition.

Les parents prennent souvent en charge une grande partie des soins médicaux et de la préparation à la transition. Pour vous guider dans l'autonomisation de votre jeune, vous pouvez assumer des compétences de préparation à la transition. Encouragez votre jeune à progressivement prendre en charge des compétences de transition. Vous pouvez lui montrer concrètement comment s'y prendre, notamment en démontrant ou en expliquant certaines actions. Par exemple, cela pourrait impliquer de planifier un rendez-vous médical ensemble ou d'apprendre à renouveler une prescription. Débutez par de petits pas et pratiquez différentes compétences pour favoriser leur autonomie en douceur.

ASTUCE

Consultez **le site web de l'Hôpital pour enfants de Montréal** pour plus d'information sur les compétences pertinentes à développer comme parent, pour soutenir la transition de votre jeune en fonction de son âge.

Liste de compétences pour soutenir votre jeune :

- ***Jeunes de 11-13 ans*** : cliquez sur ce lien
  - À cette étape, le parent a souvent pour rôle de **gestion** des soins, alors que le jeune **participe** à ses soins.
  - p. ex. : permettre à l'adolescent de participer à la visite
- ***Jeunes de 14-17 ans*** : cliquez sur ce lien
  - À cette étape, le **jeune** pourra graduellement prendre la responsabilité de **gérer ses soins**, avec le parent **supervisant** ses soins.
  - p. ex. : encourager l'adolescent à diriger son rendez-vous, puis fournir de l'information supplémentaire après que l'adolescent ait parlé
- ***Jeunes de 17-18 ans*** : cliquez sur ce lien
  - Le jeune **supervise** ses propres soins, mais **consulte** le parent au besoin,
  - p. ex. : l'adolescent peut expliquer clairement son historique médical

Ressources pour parents

Après avoir fait face à des mois voire des années de traitements, d'effets secondaires et d'incertitudes, il est naturel de ressentir un grand soulagement face à cette phase difficile enfin terminée. Cela peut être vécu comme un poids en moins et un sentiment de libération.

Bien que la fin du traitement soit un moment heureux, des craintes et de l'anxiété peuvent persister quant à la possibilité de récidive du cancer. Il peut y avoir une certaine nostalgie liée aux relations nouées avec l'équipe médicale, alors que d'autres voudront mettre ces expériences derrière eux. **Dans l'ensemble, naviguer la rémission de votre jeune peut venir avec des sentiments contradictoires. Tous ces sentiments sont tout à fait normaux.**

N'hésitez pas à parler de votre expérience si vous en ressentez le besoin. Voici une liste de ressources à votre disposition :

- ***Ligne 811*** : contactez le 811 Info-Social permet de recevoir des conseils et des réponses à des questions d'ordre psychosocial par des professionnels.
- ***Ligne 211*** : appelez ou envoyez un texto au 211. La ligne 211 est disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 pour offrir de l'information, de l'écoute et de l'orientation vers les ressources communautaires disponibles dans la région, tel que l'accès à des services sociaux, la recherche d'organismes d'aide, les ressources pour la santé mentale, les services d'urgence, l'aide alimentaire, le logement, l'emploi et bien plus encore.
- ***Services communautaires*** : trouvez le CLSC de votre quartier afin de connaître les services qui pourraient vous être offerts.
- ***Tel-jeunes*** : Tel-jeunes a une ligne d'écoute pour parents pour vous écouter, pour réfléchir à votre situation ou pour faire connaître les services et ressources disponibles pour votre adolescent.
- ***Ordre des psychologues du Québec*** : consultez le site web de l'Ordre des psychologues du Québec pour trouver un psychologue proche de vous, en fonction de vos besoins.

Vous avez des commentaires?

Veuillez vous adresser à Marika Monarque (étudiante en recherche au doctorat en psychologie) par courriel : traqimplantation@gmail.com
Nous accueillons toute rétroaction ou suggestion concernant cette page web.
Veuillez noter que nous ne pouvons répondre à vos questions concernant votre état santé. Le cas échant, nous vous invitons à vous adresser directement à votre équipe médicale.
La formulation de certaines phrases de ce site fut enrichie par l'utilisation de l'intelligence artificielle ChatGPT d'OpenAI.