Fiche d’évaluation de l’accommodation familiale auprès d’un adulte ayant un TOC

Fiche d’évaluation pour les proches

Cette fiche aide à comprendre comment les proches peuvent être entraînés dans le fonctionnement du trouble obsessionnel-compulsif (TOC). Son objectif n’est pas de désigner un responsable, mais de repérer les situations où une aide bien intentionnée fournit au TOC la certitude, le contrôle ou l’évitement qu’il exige.

Cette fiche est un outil de travail clinique. Elle n’est pas un outil diagnostique et ne remplace pas une évaluation clinique.

À remplir par

Nom _____

Lien avec la personne ayant un TOC _____

Date _____

Période évaluée _____

Consignes brèves

Partez des fonctionnements du TOC déjà repérés au cours du traitement.

Pensez aux 7 derniers jours et attribuez à chaque item un seul score de 0 à 4. Utilisez cette fiche pour repérer les situations où une aide bien intentionnée peut fournir au TOC la certitude, le contrôle ou l’évitement qu’il exige.

Échelle de réponse

Pensez aux 7 derniers jours.

0	jamais	1	1 jour	2	2 à 3 jours	3	4 à 6 jours	4	7 jours

© Uncompelled

Partie 1 : réactions des proches au TOC

Attribuez à chaque item un seul score de 0 à 4. Pensez aux 7 derniers jours.

Items 1-8

1	J'ai rassuré, réconforté ou confirmé quelque chose à plusieurs reprises lorsque la personne ayant un TOC cherchait une certitude.	0	1	2	3	4
2	J'ai confirmé qu'une vérification, un lavage, un examen de la situation ou un rituel avait été suffisamment bien effectué.	0	1	2	3	4
3	J'ai attendu que la personne ayant un TOC termine ses rituels, ses vérifications, ses répétitions ou son examen mental de la situation.	0	1	2	3	4
4	J'ai participé directement aux rituels, par exemple en vérifiant, en lavant, en répétant, en répondant d'une manière précise ou en faisant les choses dans un certain ordre.	0	1	2	3	4
5	J'ai fait quelque chose qui a facilité l'accomplissement d'une compulsion par la personne ayant un TOC.	0	1	2	3	4
6	J'ai obtenu ou adapté des objets utilisés pour des rituels ou des comportements de sécurité.	0	1	2	3	4
7	J'ai aidé la personne ayant un TOC à éviter des lieux, des objets, des mots, des sujets, des personnes ou des situations.	0	1	2	3	4
8	J'ai évité de dire ou de faire certaines choses pour ne pas déclencher de détresse liée au TOC.	0	1	2	3	4

© Uncompelled

Partie 1 : réactions des proches au TOC

Attribuez à chaque item un seul score de 0 à 4. Pensez aux 7 derniers jours.

Items 9-16

9	J'ai modifié les habitudes à la maison à cause du TOC.	0	1	2	3	4
10	J'ai aidé la personne ayant un TOC à prendre des décisions rendues difficiles par le doute, la détresse ou un besoin de certitude.	0	1	2	3	4
11	J'ai pris en charge des tâches pratiques ou des responsabilités que la personne aurait normalement pu assumer elle-même.	0	1	2	3	4
12	J'ai dissimulé, expliqué ou excusé les absences, les retards ou les difficultés de fonctionnement liés au TOC de la personne.	0	1	2	3	4
13	J'ai accepté des règles particulières, des restrictions ou une organisation inhabituelle à la maison à cause du TOC.	0	1	2	3	4
14	J'ai réduit le temps consacré à mes loisirs, à mon sommeil, à mes activités sociales, à mon travail ou à d'autres engagements à cause du TOC de la personne.	0	1	2	3	4
15	Il y a eu des pressions, des conflits, de la colère, des pleurs ou de la détresse lorsque je n'ai pas répondu aux exigences du TOC.	0	1	2	3	4
16	Faire face au fonctionnement du TOC m'a donné un sentiment de surcharge, d'impasse ou d'épuisement.	0	1	2	3	4

Score total: _____

© Uncompelled

Partie 2 : définir les priorités

Indiquez les items ayant un score de 3 ou 4

Indiquez les trois items qui ont le plus de répercussions au quotidien

1. _____
2. _____
3. _____

Quelle forme d'accommodation semble la plus importante à modifier en premier ?

© Uncompelled

Partie 3 : analyse fonctionnelle

Choisissez une situation précise à examiner plus en détail.

Situation

Qu'exige le TOC ?

Que fait habituellement le proche ?

Que se passe-t-il peu après ?

Quel soulagement à court terme s'ensuit ?

Comment ce fonctionnement pourrait-il entretenir le TOC à plus long terme ?

À quoi pourrait ressembler un soutien sans accommodation ?

© Uncompelled

Partie 4 : accord thérapeutique

Nous commencerons par travailler sur cette forme d'accommodation

La réponse habituelle était

La nouvelle réponse sera

Le proche continuera à apporter du soutien en

Le proche ne fera plus

Phrase de soutien convenue

Exemple

« Je vois que c'est difficile pour toi en ce moment. Je reste avec toi, mais je ne vais pas t'apporter davantage de certitude, car cela aiderait le TOC. »

© Uncompelled

Partie 4 : accord thérapeutique (suite)

Quand le TOC insistera, voici ce que nous ferons

Si la personne ayant un TOC ressent une forte détresse, voici ce que nous ferons

Si le proche répond malgré tout aux exigences du TOC, voici ce que nous ferons ensuite

© Uncompelled

Partie 5 : bilan

À revoir la prochaine fois

Qu'est-ce qui s'est bien passé ?

Qu'est-ce qui a été difficile ?

Quelle forme d'accommodation a diminué ?

Quelle forme d'accommodation a augmenté ?

Faut-il poursuivre, ajuster ou élargir l'accord ?

Prochaine petite étape

© Uncompelled