

La diversion fait appel à des éléments autobiographiques significatifs pour une personne afin de la détourner d'une situation critique, d'une préoccupation ou d'une émotion négative.

FONCTIONNEMENT

Les personnes atteintes de maladies cognitives de type Alzheimer ne possèdent plus de "capacité d'attention divisée".

Elles ne peuvent plus faire plusieurs choses en même temps et leur attention ne peut se poser que sur une chose à la fois : émotion, objet, perception sensorielle, geste, exécution de tâches...

En laissant le temps à la personne de **faire appel à ses souvenirs** et d'en discuter tranquillement avec vous, il est alors parfois possible de s'offrir un nouveau départ.

Dans des situations où votre proche vit une émotion que vous n'arrivez pas à le ou la calmer ou qu'il ou elle a une inquiétude récurrente à laquelle vos réponses ne suffisent pas, la diversion représente une stratégie simple et efficace pour faire face immédiatement à un comportement perturbateur.

Il s'agit de permettre à la personne atteinte de centrer son attention sur une information autobiographique qui fait du sens pour elle. L'objectif est de pouvoir "capturer" son attention en détournant ses préoccupations vers un élément « nouveau » et positif.

Pour les proches comme pour les professionnel(le)s, il est bon de se constituer une « boîte à idées » de souvenirs ou objets autobiographiques significatifs, encore accessibles par la personne : l'enfance, la jeunesse et le début de l'âge adulte sont privilégiés afin de prévenir une possible incapacité de la personne à se rappeler de l'élément choisi.

MES STRATÉGIES DE DIVERSION

Événement(s) positif(s) marquant de sa jeunesse :

Lieu agréable :

Personne significative de sa jeunesse (ami(e), voisin(e), famille, collègue, politicien(ne), célébrité) :

Activité(s) qu'il ou elle a eu l'habitude de faire (loisir ou emploi) :

Passe-temps d'autrefois :

Plat préféré :

Dessert préféré :

Intérêt pour :

A voyagé au :

A vécu à :

Objet(s) autobiographique(s) à commenter ou manipuler :