

Je ne vais pas assez mal pour voir un psy

Chacun à sa place pour voir un psychologue. Il n'y a pas de hiérarchie du besoin.

Ça ne sert à rien de parler, ça ne va pas changer le cancer

Le psychologue vous aide à cheminer dans le vécu de votre maladie et de ses conséquences.

Je devrais être fort(e) et m'en sortir seul(e)

Ce n'est pas un signe de faiblesse que de demander et/ou d'accepter l'aide d'un professionnel, bien au contraire.

Je n'ai pas besoin de parler à un étranger de mes problèmes, mes proches sont là

L'un n'empêche pas l'autre !

Chacun peut être aidant de manière différente.

Où et comment ?



Dans votre établissement



Cf coordonnées en bas de page

A proximité de votre domicile



Auprès des psychologues des Comités de Ligue contre le cancer



Auprès de dispositifs non spécifiques à la cancérologie
(vous pouvez vous renseigner auprès de votre médecin traitant)

Psychologue de votre service de soins

Coller étiquette avec
Nom - Prénom
N° de téléphone +/- mail



Soutien psychologique des patients atteints de cancers et de leurs proches

L'annonce du cancer et les traitements bouleversent souvent l'existence, les repères habituels, les relations aux autres et peuvent provoquer des changements dans la qualité de vie (sommeil, alimentation, anxiété...).

C'est pourquoi, il est possible de s'appuyer sur un **accompagnement psychologique.**

Document élaboré par le groupe oncoBFC "Psycho-onco FC" - Décembre 2025



www.oncobfc.com

Qu'est-ce qu'un psychologue ?

- C'est un professionnel formé sur 5 ans minimum, et diplômé, qui respecte le code de déontologie (répertorié au sein de <https://annuaire.esante.gouv.fr>).
- C'est un professionnel avec qui vous n'avez pas de lien affectif, qui vous écoute sans jugement et dans un cadre thérapeutique.
- Ses outils d'intervention varient en fonction des professionnels et des patients.
- Le psychologue respecte le secret professionnel, toutefois, il peut être amené, après discussion avec vous, à travailler en concertation avec d'autres professionnels afin d'améliorer la qualité de votre prise en soin.
- Son accompagnement diffère de celui :
 - d'un médecin psychiatre
 - d'un psychopraticien
 - d'un thérapeute (de vie, de sophrologie, de relaxation, ...)
 - d'un psychanalyste

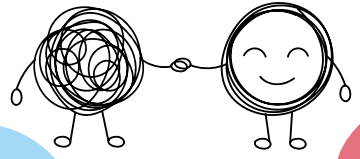


Pour être aidé à communiquer avec son entourage.

Pour continuer à se sentir une personne à part entière, pouvoir rester soi-même et conserver sa liberté de décision.

Pour être soutenu pendant et après les traitements.

Pour quoi ?



Pour mettre des mots sur les changements liés à la maladie et aux traitements.

Pour être accompagné dans la reprise du quotidien et à tout moment difficile.

Pour parler de soi, de ses émotions, de ses interrogations, de sa maladie.
Pour faire le point sur ses capacités à s'adapter à la maladie.

Pour apporter un apaisement et aider à (re)mobiliser ses ressources.

Tous ces éléments et bien d'autres encore peuvent ponctuer la traversée de la maladie.

Quand ?

Selon vos besoins

Quand vous le souhaitez

De manière ponctuelle ou régulière

