



AIDER UNE PERSONNE AGEE, UN REEL QUI FAIT DE L'EFFET

Mireille TROUILLOUD
Psychologue, psychanalyste
Dr en psychopathologie Clinique
Grenoble - France

Des vieilles gens à l'extrême

- Fragiles, qui ont été, qui s'amenuisent, voués à disparaître
- Corps impossibles parfois, en intimité / extimité partagées
- Cognition ralentie / rétrécie, improbable parfois
- Humeur déséquilibrée / autodépréciation / trouble de l'identité
- Affects débordant, inexistant, fluctuant
- comportement bizarre, agressif, passif, docile, imprévisible
- Le choc des cultures (génération, mode vie, origine...)

Un réel qui fait de l'effet

- Une relation asymétrique = anxiogène et/ou jubilatoire
- Une famille en première ligne ou en « mode rapide »
 - Exigeante, veillant sur tout, critiquant
 - anxieuse, épuisée, décalée
 - une famille prise dans son histoire commune avec ses douleurs
- Des professionnels débordés, responsables de rien, « aide globale » plutôt que personnalisée
- Une vieille personne
 - « Toujours plus » en demande, « jamais assez » en reproche
 - Opposition, rejet/refus = empêchement dans l'aide
 - Apathie, docilité, « phobie d'implication » = décider à la place
 - Des émotions : rire, peur, dégoût, plaisir, ennui, intérêt

Les aidants familiaux

une fille (55-75 ans) ; un conjoint >75 ans ; la fratrie

- Périodes de vie avec séries de changements / vie psycho-affective mobilisée / sensibilité psychologique accrue / fort désir de se mobiliser pour son proche mais aussi de prendre du temps pour soi
- L'aide familiale s'intensifie avec la perte d'autonomie du parent jusqu'à isoler de toute vie sociale extérieure ; épuisement, d'enfermement dans la relation de dépendance
- L'équilibre familial est remis en question : place et rôle de chacun ; problématique œdipienne ; idéal familial malmené

Aider un proche, répercussions psychologiques

La **relation de dépendance** est épuisante

- ▣ la transformation irréversible de son parent
 - ▣ les demandes d'aide et d'amour permanentes
 - ▣ l'insatisfaction, le rejet répété de l'aide demandée
 - ▣ La culpabilité et la honte ; l'angoisse
 - ▣ La dépression / le sentiment d'impuissance
-
- Démuni, dépassé, irrité / contrôle ou distance
/ désir de prendre soin et de tenir sa place

Enjeux et réalités complexes

- les réalités familiales et les liens affectifs se transforment ; émergences de sentiments dérangeants ; le « fardeau de l'aidant »
- Maladie, souffrance, défaillance, mort, réalités incontournables pour le proche et pour soi-même
- Désir d'arrêter le temps, soulager, aimer, être aimé ; vœux de mort rapide
- Rester présent ; aider sans espoir, ni gratification attendue ; ne pas s'oublier et « garder sa vie »

Les aidant professionnels

- Des missions, limitées, « mal payées »
- **Du paradoxe** : mourir / confier pour vivre ;
Soigner sans guérir ; prendre le temps /
devoir aller vite ; réfléchir sans temps de
réunion ; partage de l'intimité sans devenir un
familier ; bienveillance et rapport de force
- Jeunes pro. +++ / anciennes pro « abimées »

Un écho dans la vie psychique

- L'idéal soignant malmené / estime de soi en souffrance
- La mélancolie et la mort comme partenaire
- Culpabilité et honte / climat œdipien anxiogène
- Problématique personnelle pour répondre, trouver solution
- Phénomène de résonnance / fantasme de contamination / peur de l'autre, du jugement, de devenir semblable
- L'inquiétante étrangeté de l'autre : alter-égo ? ; empathie ?

Tourmente et satisfaction

- **Travailler / aider de vieilles gens est générateur :**
 - D'agitation / d'excitation / de fonctionnement opératoire
 - De démotivation / d'inhibition / d'absence de prises d'initiative
 - D'anxiété / d'intranquillité / de perte de confiance
 - D'émoussement affectif / de banalisation
 - De sentiment de persécution / de repli

- **Travailler / rencontrer de vieilles gens apporte satisfaction :**
 - Position héroïque / vocation
 - Une légitimité
 - Sentiment d'utilité
 - Affection / attachement
 - Esprit d'équipe

Avec tout ça

- Trouver et garder l'équilibre autour et pour des vieilles gens : une création difficile et fragile à cultiver
- Un équilibre important pour le bien être de la personne aidée, intuitive, sensible à la qualité relationnelle de son entourage
- Nombreuses vieilles personnes, aidants familiaux et aidants professionnels réussissent la vie ensemble dans un équilibre suffisamment bon
- Bien sûr, ça crie, ça souffre, ça se critique, ça se cherche, ça s'évite, ça craque, ça pleure, ça meurt mais aussi, ça rit, ça s'embrasse, ça chante, ça se console, ça s'attache, ça vit !

Je vous remercie pour votre attention