

LA RENCONTRE DES FAMILLES DES PERSONNES AGEES

Marie-Cécile EMMER , Colette BOMBLE

- ▶ **Présentation des rencontres**
- ▶ **Cadre des rencontres**
- ▶ **Constats**

La rencontre des familles des personnes âgées

Présentation des rencontres.

Depuis plus de cinq ans, un groupe de parole des familles des personnes âgées se réunit à l'hôpital de jour à la fréquence moyenne et actuelle de deux fois par trimestre (les mois d'été exclus), en fin d'après midi, pendant une durée d'une heure trente à deux heures. L'animation est assurée par deux soignants qui ont des rôles relativement complémentaires : historiquement, il s'est agi de l'assistante sociale et de la psychologue, puis de la psychologue et du cadre infirmier.

Le thème de la séance est toujours choisi à l'avance par nous-mêmes, en fonction le plus souvent des souhaits des familles à la réunion précédente, mais il n'y a pas toujours de souhaits exprimés !!

L'invitation de la plupart des familles (sauf contre-indication) se fait par convocation, une dizaine de jours avant la rencontre, leur demandant de nous confirmer leur participation et leur souhait de continuer- ou non-à être informé des prochaines rencontres.

Nous souhaitons ainsi être au plus près des attentes des personnes, tout en les responsabilisant. Les participants sont toujours directement concernés, en ce sens qu'ils sont les aidants d'une personne âgée actuellement prise en charge à l'hôpital de jour ; ce sont, le plus souvent, son conjoint, ses enfants, éventuellement un membre de sa communauté ou encore exceptionnellement, un partenaire libéral plus directement impliqué. Les personnes âgées, elles-mêmes ne sont pas acceptées dans ce groupe, afin de donner une plus grande liberté de parole à leurs aidants. La participation à ces réunions est variable les familles ne sont pas tenues de venir régulièrement, et l'hôpital de jour en tant que tel a multiples mouvements dans la prise en charge des malades, ce qui donne au groupe des contours variés. Nous remarquons toutefois qu'un petit groupe fidélisé s'est constitué.

La fréquentation oscille ainsi autour d'une dizaine de participants de six à dix-huit, selon notre observation.

Le déroulement de la séance est relativement cadré :

Présentation de chacun, annonce du thème de la rencontre, distribution d'un texte écrit qui condense la pensée des animatrices sur le thème choisi, et qui est suivi de questions favorisant le partage Le texte est lu et commenté par nos soins, ce qui enrichit et oriente la réflexion du groupe. Un temps d'intégration silencieuse permet ensuite à chacun de mûrir tranquillement ses réponses aux questions, ce qui le place dans une attitude intérieure d'analyse de son vécu et d'ouverture aux autres membres du groupe. Un échange d'environ une heure - c'est bien là notre objectif- donne alors la

possibilité de partager tous ensemble les observations que chacun s'est faites. Ce moment est un réel "temps fort" en raison de la densité des ressentis exprimés et du soutien mutuel que les participants s'apportent.

Notre attitude d'animatrices se veut alors bienveillante : accueil et écoute profonde de chacun des participants, questionnement ou reflet permettant simplement de clarifier ce qui est dit, sans plus.

Cadre des rencontres

La rencontre des familles des personnes âgées est regroupement à visée thérapeutique. Nous avons choisi de poser un cadre d'animation, rigoureux et précis, tenant compte de ce que chacun est souvent sollicité à participer à des réunions, et ne sera en conséquence motivé à venir que s'il trouve un bénéfice réel à sa participation.

Nous avons également souhaité inscrire "la rencontre des familles" dans une démarche de qualité de soins : de même qu'un thérapeute n'aide vraiment le consultant qu'avec des repères qui laissent entrevoir à celui-ci ce qui peut être sain dans la restructuration de sa personnalité, ainsi pensons-nous qu'il existe chez les aidants des attitudes qui vont favoriser l'autonomie de chacune des parties (personnes âgées/aidant) et permettre à la relation d'être harmonieuse. Le texte sur lequel nous réfléchissons ensemble ainsi que le contenu des reprises que nous effectuons lors des partages orientent la réflexion de l'ensemble du groupe : nous observons ainsi des "messages" de construction de soi et d'harmonisation de la relation que nos propos tentent d'identifier et de traduire modestement.

Quelques exemples peuvent servir d'illustration : le "besoin de souffle" indispensable aux aidants, la nécessité de laisser faire maladroitement la personne âgée plutôt que se substituer à elle... A travers nos propos et les échanges de tout le groupe, nous souhaitons que des prises de conscience se fassent, portes ouvertes à de possibles changements ultérieurs.

La réflexion sur un thème entre en résonance avec le vécu de chacune des familles. Nous connaissons à l'avance le cadre de réflexion/ d'échange que nous proposons, mais nous ignorons ce que sera le contenu des partages des participants. Parfois les préoccupations sont telles qu'elles envahissent le groupe, le détournant ainsi de son objet. Il nous faut alors absorber, contenir une agressivité, une culpabilité ou un chagrin intenses et inattendus.

C'est en effet grâce au tissage interactif de la parole des membres du groupe que la réflexion va avancer.

Mais que partageons-nous vraiment ?

Un espace de parole et de réflexion est proposé pour déposer les souhaits et les interrogations, les souffrances et les espoirs des familles. Le mot "espace" traduit le mieux ce que nous avons voulu proposer : unité de lieux, unité de temps, unité de personnes pour offrir une écoute authentique de ce que vivent les aidants et de ce qu'ils ne partagent pas facilement par pudeur, ou encore par sentiment de honte. Dans le groupe, il est permis de "déposer" toutes sortes d'expériences plus ou moins heureuses, plus ou moins douloureuses : le simple fait de dire se dire est déjà en soi un remède avant même que des prises de conscience ne se fassent et ou des solutions ne soient trouvées. Nous facilitons ainsi un cheminement de pensée : celui de l'intéressé et celui de ceux qui l'écoutent.

Le partage de ces diverses expériences tient lieu d'enseignement et d'ajustement, il n'y a pas de réponse type de notre part dans le cadre de ces réunions.

Au départ, la lecture du texte que nous avons rédigé pourrait ressembler à un enseignement avec les repères tirés de notre propre observation, mais en réalité il ne fait qu'amorcer la réflexion du groupe. Les personnes ne sont vraiment touchées que par l'expérience (la leur et celle des autres). Un exemple récent nous a montré combien l'expérience seule est parlante : le thème vivre l'instant

présent" n'a pas eu l'impact escompté, car il ne trouvait pas ce jour là de participant pouvant l'illustrer de manière probante.

Il n'y a en réalité que des leçons de vie qui circulent dans ce groupe, leçons que certains méditeront, renvoyés à leur propre vécu et leur désir de le voir peut-être évoluer ; en effet, en tant qu'animatrices, nous nous gardons bien de valider telle ou telle expérience (de quel droit et dans quel but ??) sachant que chacun fait ce qu'il peut, et que la transposition d'expérience d'une famille à l'autre peut être catastrophique ou dénuée d'intérêt.

Constats

L'observation des personnes, l'évolution de ces rencontres sur plusieurs années nous a permis de constater qu'une réelle qualité d'échange s'est instaurée : Chacun peut mettre en mot son vécu, et partager une certaine intimité. Plusieurs personnes, longtemps écoutantes, ont appris à s'exprimer au fil des séances, ont partagé leur émotion, leur difficulté à vivre une relation qui se transforme. Certaines ont fait état de leur sentiment de culpabilité, d'ambivalence, et d'autres ont évoqué des moments d'apaisement ou de communication profonde avec la personne âgée.

Chacun peut s'ouvrir à des points de vue différents, et élargir sa propre vision. Il n'est pas rare que les aidants aient été victimes de ce que l'on appelle "la pensée unique" : dans la situation où ils se trouvent, ils peuvent n'avoir pas eu de possibilité de choix, par absence de solution. Les partages - variés- dans le groupe leur font entrevoir d'autres modes de pensée, d'autres manières d'aborder leurs problèmes.

Quoiqu'il en soit, notre animation est guidée par deux grandes idées qui fondent l'existence des hôpitaux de jours :

1. **L'autonomie** de la personne, autonomie de l'adulte âgé assurant sa dignité et permettant son maintien à domicile ; autonomie également de l'aidant accordant des limites aux soutiens qu'il pourra ainsi proposer plus durablement.

2. **L'harmonisation** entre la personne et ses groupes d'appartenance.

Les progrès réalisés par la personne âgée dans un de ses lieux de vie (l'hôpital de jour, la maison ou le substitut du domicile) doivent être connus des autres lieux et encouragés pour se maintenir. Une qualité d'environnement est ainsi offerte à la personne âgée, tenant à la congruence des différents milieux qui l'assistent.

En conclusion

Ce groupe de " rencontre des familles des personnes âgées" est bénéfique à plusieurs niveaux :

1. Il souligne l'importance d'une " reprise" possible chez la personne âgée qui n'est plus appréhendée sous un angle plus ou moins dévalorisant.

2. Il permet aux familles une libération du poids de fausses culpabilités, particulièrement profonds et tenaces en présence d'un placement ou d'une maladie d'Alzheimer.

3. Il génère surtout un autre regard sur la vieillesse, vécue comme une période de la vie que l'on peut mieux comprendre et davantage apprécier si l'on se détache de certaines valeurs ambiantes (critères de jeunesse et d'efficacité)...

Il n'est sans doute ni illusoire ni prétentieux de dire que cette action s'inscrit dans une dynamique de re-considération de la personne âgée.