

Quand les parents vieillissent loin de leurs enfants

De plus en plus, les membres d'une famille se trouvent dispersés. Les enfants doivent assurer à distance une présence auprès de leurs parents âgés.

Comment, malgré les kilomètres qui séparent, accompagner les vieux jours de ses parents? Alors que l'on part de plus en plus loin pour fonder une famille ou travailler, la question se pose avec une acuité nouvelle aux enfants adultes, de 50 ou 60 ans. Louis, jeune retraité, résume la situation. «*J'ai payé à mes enfants des études longues, des stages à l'étranger, etc. Du coup, ils ont des postes à responsabilités dans de grandes villes. Ma femme et moi, nous vieillirons loin de nos enfants qui sont tous partis de notre province.*» Raphaël, 94 ans, renchérit. «*Je suis veuf. J'ai quatre enfants qui tous ont bien réussi et sont à l'étranger. Et moi, je suis seul à Paris.*»

Les « proches » sont, en fait, souvent « lointains » d'un strict point de vue géographique. Le chercheur Loïc Trabut, de l'Institut national d'études démographiques (Ined), avait souligné ce paradoxe dans une étude en 2018. Si l'on prenait le critère de la seule proximité géographique, il apparaissait que 27,7% des personnes âgées de 75 ans et plus étaient privées de famille en situation de les aider. De quoi remettre sérieusement en cause les solidarités familiales? À les compliquer en tout cas.

«*Quand la politique de la dépendance va-t-elle enfin prendre ce problème à bras-le-corps?*»

«*Les vieux parents n'ont pas été habitués à cela et trouvent normal que leurs enfants s'occupent d'eux*», commence le président de l'Association des directeurs au service des personnes âgées (ADPA), Pascal Champvert. «*L'État aussi considère que la solidarité intergénérationnelle repose sur les enfants et fait comme si le problème de la proximité n'existait pas. Pourtant, souvent, ces aidants ne sont tout simplement pas là.*» Même inquiétude chez Joëlle Le Gall, ancienne présidente de la Fédération nationale des associations et amis



Une étude de l'Ined de 2018 a fait apparaître que 27,7% des personnes âgées de 75 ans et plus étaient privées de famille en situation de les aider. Karen Assayag/Hans Lucas

de personnes âgées et de leurs familles (Fnapaef), qui ne décolère pas. «*Quand la politique de la dépendance va-t-elle enfin prendre ce problème à bras-le-corps?*»

Comment se débrouiller, en effet, pour garder un œil à distance et déléguer l'accompagnement quotidien? Chaque famille tente de trouver sa solution. «*Nous tentons chaque mois de répondre par nos conseils à ce sujet d'inquiétude très présent*», indique Marie Aufferet, rédactrice en chef du magazine *Notre temps* (Bayard), destiné aux plus de 50 ans.

Mais parfois, le problème se fait plus pressant à mesure que le temps passe, quand la personne commence à tomber, à ne plus savoir où sont ses clés. Carole vit à Paris. Elle est la cadette de trois sœurs. Ses parents vivent à 800 km de là, à Toulouse. Sa mère, 82 ans, souffre depuis plusieurs années d'une maladie cognitive. «*Mon père, qui a 86 ans, s'est mis à la cuisine et aux courses. Je leur ai trouvé une femme remarquable pour le ménage et je fais tous leurs papiers*»: anticiper les prises de rendez-vous médicaux, régler les factures... Carole ne compte pas, non plus, les allers-retours en catastrophe, les journées passées aux urgences à Toulouse au chevet de sa mère, ses dossiers professionnels sous le bras. Finalement, «*après trois ans très difficiles*», sa maman est désormais en maison de retraite. «*Mais même là, je dois continuer à avoir l'œil*», résume Carole.

Éliane a, elle aussi, opté pour cette solution, qui lui coûte pourtant très cher. Sa mère, bientôt centenaire, se trouve depuis sept ans dans un établissement, désormais payé par sa fille. «*La revente de son propre appartement n'a pas suffi*», confie Éliane. Même si elle trouve cette situation injuste, au moins, elle apprécie d'avoir l'esprit tranquille. «*Je sais que ma mère ne va pas tomber chez elle sans que personne s'en aperçoive.*» Grâce à cette tranquillité d'esprit, elle peut s'autoriser à ne lui rendre que des visites espacées.

Sa belle-mère a fait le choix inverse. Malgré ses 92 printemps, celle-ci ne veut pas lâcher son appartement qui est son semblant d'indépendance et le décor de toute une vie. Même si tout a changé autour d'elle. «*Elle ne connaît plus aucun de ses voisins*», illustre Éliane. Autour d'elle

Suite page 14. ●●●

Quand les parents vieillissent loin de leurs enfants

«Maman a eu une belle vieillesse. Elle a pu profiter de la vie jusqu'au dernier moment.»

●●● Suite de la page 13.

un ballet d'aides est bien réglé, par sa propre fille. Le matin, quelqu'un passe pour lui donner ses médicaments. Puis une aide-ménagère arrive vers midi pour la faire déjeuner et la coucher pour sa sieste. Elle revient à 14 h 30 pour la relever. La vieille dame reste alors seule l'après-midi jusqu'à 19 heures. Quelqu'un lui prépare ensuite son repas, la fait dîner et la met au lit. Malgré cette organisation au millimètre, personne ne vient la nuit et la vieille dame doit dormir « au sens propre du terme "bouclée" dans son lit jusqu'à 8 heures le matin suivant car elle est parfois désorientée et peut tomber », déplore Éliane.

Assurer une présence continue n'est pas simple et représente un coût parfois exorbitant.

Rester à la maison et mourir entouré des siens reste, en effet, un idéal pour de nombreux Français, comme en attestent toutes les études d'opinion, même si assurer une présence continue n'est pas simple et représente un coût parfois exorbitant. «Pourtant, les pouvoirs publics feignent de l'ignorer», reprend Joëlle Le Gall, et les barèmes en vigueur pour le financement de l'aide à domicile pour l'accompagnement des personnes âgées dépendantes ne sont pas aussi favorables que ceux, par exemple, de

repères

Où trouver de l'aide

Pour évaluer les besoins et les ressources disponibles, plusieurs solutions existent. Les compagnies d'assurances, les mutuelles, de même que certaines entreprises proposent un accompagnement à leurs clients ou salariés pour les aider à faire le point sur les besoins de leurs parents.

Pour trouver une aide. Les centres communaux d'action sociale (CCAS) ont la liste des associations agréées d'auxiliaires de vie, ainsi que la liste des maisons de retraite de la ville.

l'aide au handicap. «Du coup, les finances des familles sont dans le rouge», confirme-t-elle.

Bernard et sa sœur, eux, savent leur chance de n'avoir pas connu cette angoisse. Dans l'appartement parisien de leur mère aujourd'hui décédée, se succédaient au fil de la journée et même la nuit pas moins de quatre personnes, dans une mise en scène digne du théâtre de boulevard. Comme un bel hommage à cette ancienne comédienne. «Maman a eu une belle vieillesse. Elle était charmante, les gens l'aimaient beaucoup. Elle a pu profiter de la vie jusqu'au dernier moment», estime aujourd'hui son fils. Mais il l'avoue volontiers, tisser un réseau social autour d'une personne éloignée coûte très cher. «Heureusement, elle avait mis de l'argent de côté sur une assurance-vie qu'elle pensait nous léguer, à ma sœur et moi. Mais il allait de soi que cet argent était à elle et devait lui profiter. Nous avons pioché dedans pour lui financer sa fin de vie.»

Emmanuelle Lucas



Portage de repas à domicile en Dordogne. Burger/Phanie

témoignages

L'aide des auxiliaires de vie ou bénévoles

«Je fais le lien entre les auxiliaires et les familles»

Corinne, responsable de secteur du service d'aide à domicile ABCD

«J'encadre une équipe d'auxiliaires de vie. Mon rôle consiste, en partie, à faire le lien entre les familles et ces femmes qui sont dans le quotidien et l'intimité de vieux parents. Il faut aussi parfois aplanir certaines difficultés qui peuvent en résulter. Par exemple, les personnes qui présentent un début de maladie d'Alzheimer se croient presque toujours volées par l'auxiliaire. Je peux alors aider celle-ci et la famille à dialoguer. Autre sujet de désaccord : les courses. Pour éviter tout abus, les auxiliaires n'ont pas le droit d'avoir de numéro de Carte bleue. Elles paient avec un chèque et

une carte d'identité de la personne. Mais il est vrai que parfois les familles ne sont pas contentes des courses qui sont faites. Je leur rappelle alors que ce sont leurs parents qui sont nos clients et que nous devons accompagner le plus loin possible dans l'autonomie. Aussi, c'est eux que nous écoutons en priorité.»

«Je me sens utile»

Aissata, auxiliaire de vie

«Je suis auxiliaire de vie, c'est-à-dire que je passe à domicile pour aider les personnes âgées à certains moments de la journée. Par exemple, je viens chez l'une pour lui donner son petit déjeuner, chez une autre pour lui faire ses courses, etc. J'aime beaucoup ce métier car je me sens utile. Je remarque que le fait d'être présente et attentive est très important pour les personnes que j'accompagne. Elles m'attendent

et me disent, par exemple : "Je suis contente qu'on soit mardi, parce que je vous vois." Dans ce métier tellement humain, il est impossible de ne pas s'attacher. C'est parfois difficile d'ailleurs car les personnes que nous aidons vieillissent. Un jour, nous ne les voyons plus parce qu'elles partent en maison de retraite ou décèdent. Mais au moins, nous avons le sentiment d'avoir été utiles. Les familles le savent d'ailleurs. J'ai de très bonnes relations avec elles.»

«Certains résidents sont très seuls»

Yvette, responsable de l'association Visite des malades dans les établissements hospitaliers, à Carcassonne

«Chaque semaine, les membres de mon association vont rendre visite aux résidents des maisons

de retraite. Nous constatons que certains sont très seuls. La plupart comprennent bien que leurs enfants n'ont pas le temps de venir les voir beaucoup parce qu'ils travaillent ou doivent s'occuper de leurs propres enfants. Le passage de la visiteuse est d'autant plus apprécié. Elle devient un point de repère dans leur semaine. Son rôle est d'assurer une présence, d'écouter les confidences quand il y en a. Les membres de l'association sont des femmes qui le plus souvent ont eu de vieux parents et n'ont pas pu les accompagner comme elles l'auraient souhaité dans le grand âge. Elles apprécient de pouvoir donner à d'autres ce qu'elles auraient voulu pour leurs propres parents et le font avec beaucoup de délicatesse. Par exemple, nous avons, grâce à une petite subvention de la mairie, un budget pour faire un cadeau de Noël à chaque résident et offrir un bouquet de fleurs pour la Fête des mères afin que personne ne se sente oublié.»

Recueilli par Emmanuelle Lucas

Prochain dossier:
Le maire et sa famille

Entretien. Selon la psychanalyste, le grand âge des parents remanie en profondeur les équilibres familiaux. Cette période parfois délicate peut néanmoins offrir de bons moments, y compris quand on ne se voit pas tous les jours.

«L'enfant doit comprendre quelle est sa juste place»

Catherine
Bergeret-Amselek
Psychanalyste et essayiste (1)

Pourquoi les enfants adultes ont-ils tant de mal à laisser d'autres qu'eux s'occuper de leurs vieux parents ?

Catherine Bergeret-Amselek : Le plus souvent, il est douloureux pour les enfants de ne pas pouvoir être présents auprès de leurs parents âgés. Ils se sentent coupables de ne pas régler leur « dette de vie », pensant ne pas rendre à leur parent l'attention que celui-ci leur a

portée quand ils étaient petits. Ils sont alors soucieux de trouver des accompagnants compétents. Ils veulent le meilleur pour leurs vieux parents de la même manière que des jeunes parents cherchent le meilleur pour leurs enfants. Les rôles se remanient à ce moment-là. Mais de vieilles rancœurs peuvent resurgir, une concurrence avec le personnel soignant, des conflits avec le parent dont le caractère change. Au sein de la fratrie, des rivalités peuvent s'exacerber, entre « l'enfant préféré » et « celui qui ne vient jamais », etc. Les sentiments sont très ambivalents.

Comment accompagner au mieux son parent âgé ?

C. B.-A. : L'enfant doit avant tout

comprendre quelle est sa juste place. Il n'a pas à être l'infirmier ou le psy de son parent au jour le jour. Cela dit, il peut prendre contact avec le médecin traitant pour mettre en place un protocole d'accompagnement adéquat. C'est essentiel de s'assurer que le personnel qui se rendra chez le parent sera formé à la psychologie du sujet âgé. Voir ses parents vulnérables suppose d'avoir cheminé soi-même et de ne pas régler de vieux contentieux datant de l'enfance ou de l'adolescence.

Ce n'est pas facile de voir ses parents avancer en âge, car on les voudrait toujours forts, et ce ne sont plus les parents d'avant ! On

peut les entourer mais on ne peut pas tout pour eux, en tout cas pas leur rendre leur jeunesse. À vouloir trop bien faire, on s'épuise. De la même façon que Winnicott disait qu'il fallait être une « mère suffisamment bonne », je dirais qu'il faut accepter d'être « un enfant suffisamment bon ». Accepter cette part d'impuissance peut permettre de profiter des bons moments quand ils se présentent. Il arrive aussi que cela soit dans la dernière ligne droite qu'on puisse pardonner, se réconcilier et exprimer son amour à nos parents.

Est-ce une bonne idée de se rapprocher géographiquement ?

C. B.-A. : Du point de vue de l'en-

fant, c'est souvent impossible. Il peut être en activité, avoir toutes sortes d'équilibres à tenir entre son conjoint, ses propres enfants éventuels qui demandent de l'attention et de l'aide, etc. Quant à faire venir près de chez soi la personne âgée, c'est aussi problématique : elle peut très bien ne pas en avoir envie et rester attachée à ses repères, à la vie sociale qui lui reste. Les déménagements tardifs sont toujours délicats. Par contre, initier ses parents âgés à Skype peut être une manière de garder un lien avant la prochaine visite.

Recueilli par Emmanuelle Lucas

(1) Auteure de La Vie à l'épreuve du temps, Éd. DDB, 2009.

Publicité

POUR LES LYCÉES DE L'ENSEIGNEMENT CATHOLIQUE



UN OUTIL PÉDAGOGIQUE MULTIMÉDIA

pour aborder les
grandes questions
de l'existence

6 MODULES AU CHOIX

NOUVEAU
L'ÉCOLOGIE INTÉGRALE
notre avenir ?

MON CORPS
dit-il qui je suis ?

LE NUMÉRIQUE
nous rendra-t-il plus humains ?

Quelle est la puissance
DU SILENCE ?

RIRE AVEC
ou rire contre ?

Que gagne-t-on à
TRAVAILLER ?

POUR CHAQUE MODULE :

1 JOURNAL POUR
CHAQUE LYCÉEN*



10 VIDÉOS
PAR JOURNAL



DES FICHES PÉDAGOGIQUES
POUR L'ÉQUIPE ÉDUCATIVE

* minimum de commande de 30 journaux par module.

chronique



Jacques Arènes
Psychanalyste et psychothérapeute

Des parents qui se jalourent

La jalousie existe – c'est classique – entre frères et sœurs. Ce dont on parle moins souvent, ce qui est plus caché, c'est celle qui se manifeste entre les parents. Non pour des questions de fidélité mais en raison de la concurrence engagée afin de capter l'amour des enfants.

Eh oui, il y a de la compétition dans les couples ! Elle signifie d'abord qu'il faut être à la hauteur des attentes de l'autre et demeurer désirable à ses yeux. Mais elle implique aussi que l'on se compare à elle ou à lui, même pour ce qui concerne la relation aux enfants. Il s'agit d'être reconnu par le conjoint mais aussi d'exister dans le regard des enfants, de ne pas perdre le lien avec eux. Le lien conjugal étant maintenant considéré comme fragile, chacun soigne donc le lien aux enfants parce qu'il a peur de perdre leur amour, notamment à la suite d'une possible séparation parentale.

Il s'agit avant tout de faire confiance, confiance dans le conjoint qui n'a pas la même manière d'aborder la relation avec les enfants, confiance dans un lien conjugal qui précède le lien parental, confiance dans un lien conjugal qui précède le lien parental.

Un couple peut ainsi connaître une bonne entente conjugale, une intimité affective et sexuelle, et se révéler en difficulté, en conflit même, face à l'amour des petits. Cela prend parfois un tour vital. Les jeunes pères sont concrètement beaucoup moins absents que ceux des générations précédentes auprès du nouveau-né. Et il n'est pas rare de décou-

vrir cette jalousie, ou cette envie, vis-à-vis de leur compagne, qui a quelques longueurs d'avance dans la proximité avec le bébé. Ce type de jalousie est douloureux, comme un manque à être qu'on ne saurait combler.

Exister est le maître mot. On n'est pas sûr d'exister *ad vitam* vis-à-vis du conjoint. Et on ne l'est pas complètement vis-à-vis de l'enfant, dans la mesure où tout lien paraît dorénavant révoquant. Il est alors difficile d'accepter de laisser de la place à l'autre si on le ou la suspecte d'en faire trop. Pourquoi s'attache-t-il tant à elle et pas assez à moi ? Comment me rassurer sur ce lien en train de s'installer ? Ces questions, autrefois évidentes quand les rôles de chacun étaient très séparés, sont alors lancinantes.

Le lien parent-enfant est pensé actuellement comme un double face-à-face dans lequel chacun peut se sentir tour à tour seul et en rivalité avec l'autre. Et il n'est pas aisé de sortir de ces interrogations s'emboîtant les unes dans les autres. Il s'agit avant tout de faire confiance, confiance dans le conjoint qui n'a pas la même manière d'aborder la relation avec les enfants, confiance dans un lien conjugal qui précède le lien parental, confiance dans l'idée que l'amour donné par l'autre ne va pas voler une part du mien.

Le psychanalyste Michel Fain appelait poétiquement « *censure de l'amante* » la manière dont une distance s'établit, au cœur même du lien entre la mère et l'enfant, grâce à la rêverie de celle-ci qui mène ses pensées vers le père du petit. Cela me paraît tout à fait juste et pourrait s'appliquer aussi au père en notre époque de compétition entre conjoints. Chaque parent doit laisser la place, dans le regard qu'il porte sur l'enfant, à un creux, à un espace autre, inaccessible au jeune. Cet espace signifie qu'au préalable, et avant tout, l'amour conjugal précède et empêche l'amour pour l'enfant de prendre toute la place au détriment de l'équilibre du couple.

essentiel

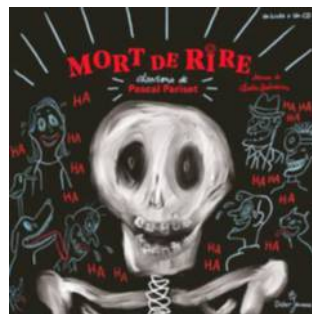
Roman adolescent
La Seizième Clé



Depuis sa naissance en 1879, Oswald vit dans une grande demeure victorienne où une armée de domestiques s'emploie à satisfaire ses caprices. Une santé fragile lui interdirait toute sortie mais, à l'aube de ses 16 ans, une jeune intruse rencontrée au détour d'un couloir lui fait une révélation troublante : il serait, comme elle, le cobaye d'étranges expériences. Comment fuir cette prison dorée, un immense labyrinthe truffé d'illusions d'optique ? Voyage dans le temps et réalités alternatives font le sel de ce roman de science-fiction plein de suspense et de mystère. Même si l'intrigue est parfois complexe, on prend plaisir à se perdre dans les dédales imaginés par Éric Senabre.

Cécile Jaurès
D'Éric Senabre, Didier Jeunesse,
214 p., 15 €. À partir de 12 ans.

Livre-CD
Mort de rire



Au cirque Oscar gravite une galerie de personnages tous plus affreux les uns que les autres : vampires, araignées, cannibales, squelettes, fantômes... Et chacun a droit à sa chanson, qui nous fait joyeusement trembler. Pascal Parisot nous régale d'humour noir et les illustrations du bédéiste Charles Berbérien, l'auteur de *Monsieur Jean*, sont drôles à croquer !

Blandine Canonne
Chansons et musique de Pascal Parisot, illustration de Charles Berbérien, Éd. Didier Jeunesse,
14,90 €. Dès 6 ans.

On en parle. La galerie des enfants du Muséum national d'histoire naturelle, à Paris, fête ses 10 ans. Une décennie de sensibilisation ludique à la biodiversité.

Découvrir en famille les trésors de la nature



La galerie du Muséum d'histoire naturelle permet de faire découvrir la nature au cœur de la ville. MNHN/A. Iatoura

La nature est partout, même au cœur de la ville. Tel est le premier message que perçoit, en filigrane, le visiteur qui pénètre dans la galerie des enfants du Muséum. On y croise, naturalisés, le faucon crécerelle qui niche dans les monuments parisiens, la chauve-souris qui chasse au pied de la tour Eiffel, le rat des égouts qui règne sans partage sur les entrailles de la cité... Mais nous voici bientôt plongés dans un tout autre univers, celui d'une rivière francilienne. Un univers que l'on découvre, là encore, de façon ludique, en sollicitant différents sens. Il faut tantôt reconnaître à l'odeur telle plante. Tantôt se fier au toucher et à la vue pour relier une empreinte à la bête qui l'a laissée. Ou encore identifier un oiseau grâce à son chant.

Plus l'on avance, et plus grand se fait le dépaysement. C'est la forêt amazonienne, qui dévoile ses secrets, y compris ceux d'un peuple qui l'habite, les Kayapos. Mais pour mieux la connaître, il faut grimper un étage et rejoindre perroquet, paresseux et aussi boa dans sa riche canopée. Tout au long du parcours, conçu pour les 6-12 ans, des médiateurs scientifiques sont là pour répondre aux questions et attiser la curiosité des

enfants. « *Un parcours qui, dans sa dernière partie, met en scène des espèces menacées, tout en présentant les écogestes qui permettent aux enfants d'agir pour la préservation de la biodiversité* », souligne Mélanie Perez, chargée de médiation.

On y croise, naturalisé, le faucon crécerelle qui niche dans les monuments parisiens.

La vulgarisation scientifique trouve ainsi un prolongement dans une sensibilisation citoyenne. Avant de quitter la galerie des enfants, qui soufflera cette année ses dix bougies, chacun est invité à siéger au sein d'un mini-conseil municipal. Il s'agit de se prononcer, après avoir entendu les avis d'un agronome, d'un agriculteur, d'un médecin, sur l'opportunité de prévoir des repas bio à la cantine.

Denis Peiron

Ouvert les mercredis et le week-end, et aussi sur toute la durée des vacances scolaires. <https://www.mnhn.fr/fr/visitez/lieux/galerie-enfants>