

Conférence au Luxembourg
15 janvier 2011
10h-13h

"Se consacrer à ses parents âgés, jusqu'où?"

Avec Bernard ENNUYER, ingénieur et sociologue, auteur de "Quand nos parents vieillissent"
Avec Pierre-Henri TAVOILLOT, philosophe à la Sorbonne, auteur de "Philosophie des âge de la vie"

Point de vue attendu : théologique, psychologique et éthique.

« Accompagner ses parents âgés, jusqu'où ? »

Ma belle-mère à cette question a répondu aussitôt « *Jusqu'au bout !* »

Oui, mais quel est ce bout ?...

La perte de la mémoire ? La perte d'autonomie ? La perte de repères ? Jusqu'à faire la toilette ? Jusqu'à la maison de retraite ? Jusqu'à l'euthanasie ? La mort ? Ou jusqu'à sacrifier sa propre vie ?

Et pour quoi ? Quel bénéfice en tirer ? Quel sens cela pourrait-il avoir ?

La question n'est pas simple, car nous sommes au confluent de l'être et du désir d'une personne très âgée qui a besoin d'assistance et de présence et de l'être et du désir de ses descendants. Le choix paraît souvent limité et contraignant dans ce compagnonnage. Si lourde est la culpabilité d'apparaître comme une mauvaise fille ou un mauvais fils, lourd d'avoir à un moment donné baissé les bras et confié à d'autres ce poids ; lourd de cette décision à prendre pour nos aînés de les placer ou non dans une institution. Lourd de ne pas savoir comment faire au mieux. Comment savoir ce qui est juste ?

1- D'où je parle

Pour cette conférence, j'ai regardé de plus près ce que la psychanalyse disait de la vieillesse ; Ce que les patients âgés attendent de la vie et des autres ; puis quelle est la place de leurs enfants et de leurs beaux-enfants dans l'accompagnement de ce processus du vieillissement. Mais avant toute chose, il m'a semblé important de vous raconter d'où je parle.

Avant d'être psychanalyste, j'étais pasteur, dans le cadre des hôpitaux. Lors de mes visites, je me trouvais très souvent à passer dans des services de gériatrie. J'aimais le contact avec ces personnes âgées. J'avais le souci de leur stimulation intellectuelle et humaine.

Dans un premier établissement, je décidai de mettre en place des activités ludiques et musicales. Jusque-là, rien ne se faisait en dehors des soins corporels, et les patients,

une fois la toilette faite, attendaient somnolents que la journée se passe. Je ne voyais pas pourquoi ces personnes âgées seraient laissées seules, sans rien faire. Le sens de la vie à cet âge avancé ne pouvait pas se résumer à l'attente de la mort.

Je me suis demandée pourquoi je faisais cela : était-ce pour me rassurer moi-même sur la fin de vie ? Ou était-ce vraiment pour ces personnes-là ? Ma réponse a été claire : vivre ainsi n'était plus vivre et ces personnes n'étaient plus en capacité de demander. Il fallait donc leur offrir la possibilité de recevoir.

Dans un second établissement, je mis en place un atelier « mémoire des religions ». Chaque personne pouvait évoquer sa confession religieuse par l'ouïe, le toucher, l'odorat, la vue et le goût. Ce fut une expérience passionnante. Elle permit même à des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer de se « réveiller » temporairement.

2- « La vieillesse en analyse »

En fréquentant ainsi ces personnes très âgées, je me suis aperçue que la vieillesse est différente selon chacun. Elle ne surgit pas par surprise. Elle s'installe peu à peu. Elle ne nous transforme pas, mais nos traits de caractère s'affirment d'avantage. J'ai connu d'adorables vieillards toujours reconnaissant de ce qu'on faisait pour eux, et d'irascibles vieillards toujours dans la plainte ou le reproche. Personne ne vieillit de la même manière, quand l'être humain parvient à un grand âge, sa vérité profonde, souvent cachée derrière les rôles sociaux, se révèle.

J'en ai retenu que chacun de nous prépare sa vieillesse au fil du temps. Des rancunes ou des conflits non-réglés prendront beaucoup d'importance au grand âge ; Si nous ne les réglons pas avant ! Jean TRISCHLER¹ a écrit un livre très intéressant qui s'intitule « Tu honoreras la personne du vieillard » et en reprenant l'explication de Daniel SIBONY à propos des dix commandements je dirais : « *Tu honoreras la personne du vieillard, tu respecteras ses choix de vie. Tu en prendras acte, mais tu ne les subiras pas, s'ils ne sont pas tiens !* »

C'est bien cela dont il est question aujourd'hui : trouver la juste distance entre les parents et leurs enfants à l'heure du grand âge, continuer à considérer ses parents en adultes, ne pas vouloir, ne pas penser à leur place. Nous devenons des adultes veillant sur leurs aînés.

Tout est affaire d'équilibre. A ce moment précis de la vie, c'est de la dentelle !

Que se passe-t-il à l'heure de la vieillesse ? Qu'est-ce qui nous bouleverse ? Quelles sont nos attentes ? Nos désirs ? Où se niche notre énergie ?

¹ Jean TRISCHLER, TU HONORERAS LA PERSONNE DU VIEILLARD, Labor et Fides, 1993

Dans un essai de psychanalyse, Freud écrit ceci : « *La fin vers laquelle tend toute vie est la mort, [...]* » Cette fin est reconnue par Freud comme une loi, il dira : « *Puisqu'on doit mourir, et peut-être avant de mourir soi-même assister à la mort d'êtres chers, on trouve une consolation à savoir qu'on est une victime [...] d'une loi implacable de la nature [...] à laquelle nul vivant ne peut se soustraire.* »

Arriver à la grande vieillesse est un travail d'humilité et d'acceptation. C'est devoir accepter à la fois de lâcher prise et en même temps de se battre chaque jour pour tenir bon. Car ce qui sera perdu, le sera définitivement. Psychologiquement, c'est une période qui peut s'avérer douloureuse. Elle est constituée de petites et de grandes morts. On voudrait et on ne peut plus. « *L'usure grippe la meilleure machine qui avait pour coutume d'être fiable. La chair pèse [...] Se sentir alors confronté au risque de « ne pas pouvoir » éveille une profonde angoisse. On préfère alors renoncer à faire, plutôt que d'affronter le moindre risque de « ne pas y arriver »... Ainsi le sujet ne cesse-t-il pas de buter sur ce qui ne cesse de lui rappeler sa détresse et son impuissance.* »²
« *C'est l'heure de la dépossession* »

Cette épreuve est suffisamment douloureuse pour qu'on puisse en devenir parfois irascible. Cependant, et je cite encore Mme Herfray « *La méchanceté, si souvent repérée dans les conduites et les paroles de certains vieux, est l'ultime manifestation de leur présence au monde et à la relation.* »³

Vu sous cet angle, enfants et personnel soignant peuvent accueillir plus facilement les mots d'humeur, car ils deviennent des lieux d'expression.

La vieillesse, soyons clairs, est une épreuve. C'est une rencontre tragique avec le dernier acte de la vie. Il s'agit de se battre pour continuer à avancer, pour exister, pour ne pas perdre toute son autonomie. Chaque être humain vit cette étape à son rythme, à la mesure de son désir, de son tempérament. Au seuil de la vieillesse, les médecins scandent « *on a l'âge de ses artères.* » Freud dirait : « *On a l'âge de son désir* ». Car l'être humain, le sujet est un être désirant : la grand-mère paternelle de mon mari a vécu jusqu'à 103 ans. Chacune jour, disait-elle, est une décision de ne pas se laisser aller ! Jusqu'au bout elle avait des désirs : la danse, les restaurants, les fêtes, les jeux de cartes. La grand-mère maternelle de mon mari s'est éteinte à l'âge de 80 ans. C'était une femme très volontaire et énergique. A partir du moment où elle s'est sentie diminuée, et où elle a perdu des êtres chers, elle s'est laissée glisser sereinement vers la mort. Ce n'était pas du dépit, mais l'acceptation d'aller vers une autre vie tant sa foi

² Charlotte HERFRAY, LA VIEILLESSE EN ANALYSE, Ed. ERES, 2009, p. 51

³ Charlotte HERFRAY, ..., p. 75

était grande.

Le vieillissement apporte avec lui son cortège de **pertes** : physiques, humaines, de mémoire et d'autonomie. Le premier travail du temps est souvent physique. **L'image de soi** dans le miroir s'altère. Il s'agit là à la fois une épreuve narcissique (continuer à aimer son image décatie) et subjective (conserver sa conscience de soi malgré le rapprochement de la mort). [...] Cela explique que le sujet vieillissant en arrive à se désintéresser de sa propre image,..., de son corps, de toute attention portée à son entretien physique. Dans le cas de démences séniles de type Alzheimer, certains vieillards en arrivent à ne plus reconnaître leur propre reflet dans le miroir, y voyant quelqu'un d'autre avec lequel il leur arrive de converser... C'est ce qu'on appelle le temps du miroir brisé, décrit par Claude BALIER en 1982. (Dans « changements de l'économie libidinale au cours du vieillissement ») « C'est un corps usé, voire morcelé que le miroir renvoie au vieillard, image insupportable dont il se défendrait inconsciemment en ne se reconnaissant pas dans la glace. » extrait de « Qu'est-ce que la vieillesse psychique »

Oui, le corps vieillit, nous lâche, il a des défaillances. Il pèse plus lourd. Chaque geste simple demande à la personne de plus en plus d'efforts. Notre corps si agile autrefois a bien du mal à répondre à la demande. Ceci finit par avoir des conséquences sur le psychique : une **perte de confiance en soi**. Et la question se pose alors : « *Va-t-on encore « y arriver » ? Alors on a peur. On se lève trop tôt quand on a un rendez-vous. On est prêt longtemps à l'avance. On attend... Ces perturbations du rapport à l'heure renvoient à des perturbations du rapport au temps : il passe... et ne revient pas. Manquer le moment peut être fatal.* »⁴

Avec le poids des ans arrive aussi la **solitude**. Nos proches (amis ou parents) disparaissent peu à peu, emportés par la mort. Cette solitude qui s'accroît ajoute du poids à notre épreuve de vie. Notre psychique doit supporter ces pertes. Certains spécialistes estiment que la maladie d'Alzheimer se déclenche notamment lorsque survient la perte de trop. A force d'accumuler des deuils. Cela n'est plus supportable. Et l'esprit du patient préfère alors couper avec la réalité.

Le vieillissement apporte également avec lui une **perte d'autonomie**. Ce que l'on faisait seul auparavant, nous demande aujourd'hui de faire appel à d'autres. Certains vieillards ne supportent pas ce rétrécissement de leur autonomie et préfèrent ne plus faire que de demander. Dans « L'art de vieillir », Cicéron paraît avoir du mal avec le grand âge,

⁴ Charlotte HERFRAY, ..., p. 52

lorsqu'il écrit : « *La vieillesse n'est honorée que dans la mesure où elle résiste. Affirme son droit, ne laisse personne lui voler son pouvoir et garde son emprise sur les siens jusqu'à son dernier souffle. J'aime découvrir de la verdure chez le vieillard et des signes de vieillesse chez l'adolescent. Celui qui comprendra cela, vieillira peut-être dans son corps, jamais dans son esprit.* » Ainsi accepter que l'autonomie ne soit plus au rendez-vous demande beaucoup d'humilité. Et ce qui se passe pour le corps a des implications pour l'esprit. Cette lutte, dont je parlais, lutte pour résister au temps, peut devenir décourageante avec les ans. Pour qui lutter ? Pour quoi lutter ?

Enfin, vient le souci que l'on ressent par rapport à la **mémoire**. Elle semble fantaisiste. Le psychanalyste Jack MESSY écrit à ce sujet : « *Vieillir c'est devenir une mémoire en rupture avec le présent.* » Il dira plus tard en parlant des personnes âgées: « *Ils s'accrochent désespérément au passé, n'ayant plus d'avenir, ils deviennent objets de soin et sujet de plaisanterie.* » Et d'ajouter : « *Vieillir ce n'est pas perdre la mémoire, c'est s'y replonger pour y dénicher tous les bons souvenirs afin de fuir une réalité insupportable, celle d'une perte, celle de la mort.* »⁵

Dans ces temps de pertes innombrables « *Le soutien d'autrui s'avère, (en ces temps), une des choses les plus nécessaire. Le sujet appelle à l'aide, comme il peut. Mais c'est souvent un appel muet.* »⁶

Il revient donc aux enfants, à la famille, au personnel soignant d'entendre cet appel.

3- Jusqu'où ?...

Alors jusqu'où accompagner ses parents ou ses beaux-parents âgés ?...

J'ai ajouté « ses beaux-parents » car souvent la belle-fille ou le gendre joue un rôle important au moment du départ. Ils peuvent avoir plus facilement la juste distance : ni trop proche ni trop lointaine, l'affectif n'étant pas le même. Dans mes consultations, j'ai eu le témoignage de belles-filles ayant pu à ce moment-là établir un lien différent plus maternant ou tout au moins apaisant ; alors que jusque-là, elles étaient mal acceptées de leur belle-mère. Venues en analyse pour parler de leurs difficultés à supporter leur propre mère âgée, elles témoignaient de ce lien en fin de vie avec leur belle-mère.

Car, s'occuper de ses parents peut être très perturbant. « *Ils ont rompu les amarres et nous ne trouvons plus aucune bouée à leur lancer. Comme si nous redoutions de voir,*

⁵ Jack MESSY, conférence « AU TOUR DE MA VIEILLESSE »

⁶ Charlotte HERFRAY ... p. 53

dans leur absence dérangeante, notre propre vieillesse en devenir. » Jack MESSY⁷

« Notre vieillesse en devenir », mais aussi notre mort : l'approche de la mort des parents rappelle aux enfants leur propre finitude. Ils ne sont pas infinis ! C'est le temps de la perte de la toute-puissance. C'est le temps de la colère. C'est le temps du deuil. Ce qui a été ne sera plus.

Pourtant, pour d'autres enfants c'est le temps du soulagement. La violence (violence physique, violence morale) qu'ils ont subie, va prendre fin. Cependant, dans l'accompagnement des parents âgés les choses ne sont pas plus simples. Entre culpabilité d'être un mauvais fils et soulagement, comment trouver le chemin ?

Une autre difficulté apparaît dans l'accompagnement de ses parents âgés : nombre de fonctionnements familiaux sont à ce moment-là remis en questions. Ceux qui dirigeaient, décidaient sont maintenant à prendre en charge. Cette indépendance réciproque qui permettait à chacun de vivre sa vie, est à revoir, à réaménager, à réinterroger. Beaucoup de choses se jouent à ce moment-là et peuvent déstabiliser les enfants. Pour eux également, il y a de l'ordre de la perte. Les rancunes, les blessures, les non-dits ne pourront plus se dire. Et si la relation n'a pas pu être pacifiée, elle devient un tiraillement douloureux entre ce que je dois faire en tant qu'enfant et ce que je ressens de ces blessures d'enfance.

Enfin, si le parent âgé devient sénile, plus grande est la perte. On peut avoir le sentiment de perdre doublement ses parents, lorsque ceux-ci ne vous reconnaissent plus et vous appellent « Madame ».

Colette a eu trois enfants. Elle ne ressent aucune affection pour eux. Quand l'une de ses filles vient la voir. Elle l'accueille sur le pas de porte en disant « C'est qui celle-là ? Qu'est-ce qu'elle me veut ? » Puis son compagnon décède. Elle prévient ses enfants. Trop blessés par leur enfance, ils décident de se relayer pour veiller sur elle, mais en maintenant une distance supportable car elle continue ses agressions verbales. Mais désormais, ils ne se laissent plus atteindre par elle.

Jacqueline n'a eu qu'un fils. Lorsqu'il se marie, elle se montre odieuse avec sa belle-fille. Tout ce qui vient d'elle est mauvais. Cependant à l'approche de la mort, elle fait appel à elle pour prendre soin de son corps car des massages. Le fils de son côté erre dans la maison complètement déboussolé.

Evelyne, à 65 ans, entame une thérapie car elle souffre d'une grave agoraphobie et

⁷ Jack MESSY, Conférence « AUTOUR DE MA VIEILLESSE »

qu'elle ne supporte plus sa mère. « Elle me colle tout le temps ! » Sous prétexte de la protéger de son agoraphobie, elle a enfermé sa fille dans la peur. Au bout d'un an de thérapie, Evelyne commence à vivre sa vie de femme. Sa mère alors décline rapidement. Elle perd sa raison d'être ! Mais pour Evelyne c'est le retour à l'esclavage : s'occuper jour et nuit de sa mère qui désormais l'appelle « maman » !

Comment sortir ces deux femmes de la fusion, tout en respectant Le temps de la vie ?...

Dans les villages, il était de coutume que l'un des enfants serait le « bâton de vieillesse ». C'est-à-dire qu'il devrait consacrer sa vie à s'occuper et prendre soin de ses parents jusqu'à leur mort, sans pouvoir fonder son propre foyer. Cela existe encore, mais heureusement cela tend à disparaître.

Perturbant, violent, énergivore, ce temps de notre vie d'adulte nécessite que nous prenions soin de nous. Car accompagner ses parents très âgés peut s'apparenter à un marathon. Il faudra tenir sur la durée, humainement et psychologiquement. S'accorder des temps de replis afin de prendre des forces. Sachant que quel que soit le bout, quelle que soit notre décision, ils auront des implications sur notre vie, notre psychisme.

Alors comment accompagner ses parents âgés ? Je n'ai pas de réponse. C'est à chacun avec son histoire de vie de répondre pour lui-même à cette question. Chacun devra faire son choix en conscience afin de ne pas le regretter plus tard, trouver la juste distance, ne pas se noyer dans les soins ; des personnes sont formées pour cela, et ne pas s'éloigner, mais rester en relation autant que faire se peut, car c'est ce qui permet à nos aînés de demeurer dans la vie et dans le désir, c'est ce dont nos parents âgés ont le plus besoin.

QUESTIONS

- Comment sentir quel est le bon moment pour placer ses parents en institution, lorsqu'il n'y a pas de mise en danger?
 - Comment accompagner ses parents très âgés, lorsque soi-même on est âgé ?
 - Comment accompagner ses parents âgés qui sont restés au pays, qui n'auront ni les papiers ni le visa pour rejoindre leurs enfants, ni l'énergie pour le faire et que soi-même on n'a pas la possibilité d'aller là-bas ? Comment les accompagner autrement ?
-

ANNEXE BIBLIQUE : SE CONSACRER A SES PARENTS AGÉS, JUSQU'OU ?

Dans l'A.T., il y a des cas intéressants d'accompagnement par les enfants de leurs parents âgés. Si la bible globalement honore la personne âgée, elle montre aussi la difficulté ou les limites de l'accompagnement.

Je vais prendre deux exemples :

Tout d'abord Jacob, le patriarche (dans le livre de la Genèse ch. 27 à 49) ; de quatre femmes il aura 12 garçons (Ruben, Siméon, Lévi, Juda, Issakar, Zabulon, Dan, Naphtali, Gad, Asher, Joseph et Benjamin et une fille Dina, dont il est fait peu de cas.

Son fils préféré est Joseph fruit d'un amour intense avec sa femme Rachel. Cette mise à part de Joseph attise la jalousie de ses frères et elle va le sauver en lui permettant de ne pas rester dans une fusion-confusion avec son père. Joseph est vendu par ses frères comme esclave à 17 ans. Il devient le serviteur de Potiphar, eunuque du pharaon d'Egypte. Mais la convoitise de la femme de Potiphar va rompre le lien entre les deux hommes. Lien d'un homme âgé vers celui qui est devenu comme un fils pour lui. C'est donc une nouvelle figure paternelle forte qu'il trouve en Potiphar. Mais accusé de viol par la femme de Potiphar, il est jeté en prison. Suite à ces deux ruptures violentes, Joseph médite, prie et peu à peu devient un homme à part entière ni contre son père, ni prisonnier d'un lien filial.

De toute sa fratrie, il est le seul qui peut vivre cette juste distance et la différenciation d'avec le père. Ce qui lui permet ensuite, lorsque le moment est venu de prendre soin de son père en étant bien situé : ni trop proche, ni trop loin. Il y a d'abord cette phrase de Jacob : « Après avoir revu ton visage, j'accepte de mourir, puisque tu es encore en vie. » Il passe à son fils le relais de la vie.

Joseph, à ce moment-là, veille à ce que son père puisse vivre décemment. Mais il garde son travail et ses activités. Les autres frères semblent collés au père, faisant corps avec lui, ils n'ont pas pu voler de leurs propres ailes et prendre leur place et espace. Le père décide et nous obéissons. Ainsi lorsque Jacob décède, ils se mettent sous la protection de Joseph, sorte de nouveau patriarche.

Le second exemple auquel je pense dans la Bible est celui de Ruth et Noémie.

L'histoire de Noémie est assez tragique. Elle part avec son mari en territoire étranger suite à une grande sécheresse. Elle a deux fils. Malheureusement son mari décède sur cette terre étrangère. Devenus grands ses fils se marient, l'un à Orpa et l'autre à Ruth. Ils vivent dans ce pays environ 10 ans. Mais finalement les deux fils meurent à leur tour sans avoir eu d'enfants.

Et voici donc Noémie veuve, ayant perdu tous ceux qui pouvaient prendre soin d'elle. A

ces belles-filles, elle redonne leur liberté de retourner dans leur famille. Orpa décide de retourner chez elle. Ruth choisit de faire de sa belle-mère sa famille. Le lien qu'elle pose entre elles deux n'est pas sain, mais sûrement nécessaire à ce moment-là : « Ne me presse pas de t'abandonner, de retourner loin de toi ; car où tu iras, j'irai, et où tu passeras la nuit, je la passerai : ton peuple sera mon peuple et ton Dieu mon Dieu ; où tu mourras je mourrai, et là je serai enterrée. »

On voit bien là dans quel lien Ruth s'installe. Que cherche-t-elle à compenser ? Et pour qui ?

Pour subvenir à leur besoin matériel, Ruth se met à la recherche d'un nouveau mari. C'est un parent de la famille. Il est plus âgé (un peu comme un père). Il s'appelle Booz. Il accueille favorablement cette femme qui a déjà eu un mari. Ensemble, ils ont un enfant. Mais tout de suite cet enfant est donné à Noémie. « Les femmes dirent à Noémie : Béni soit le Seigneur qui ne te laisse plus manquer aujourd'hui d'un racheteur... Il ranimera ta vie et il assurera tes vieux jours, puisque ta belle-fille qui t'aime l'a enfanté. Elle vaut mieux pour toi que sept fils. Alors Noémie prit l'enfant et le mit sur sa poitrine et elle devint sa mère nourricière... Les voisines proclamèrent son nom : Oved ; ce qui veut dire serviteur. »

Ainsi la différenciation n'a pas pu se faire. Il est probable que dans l'histoire de Ruth ce n'était pas possible. Au fond elle a retrouvé un couple parental à travers Booz et Noémie et son enfant est devenu l'enfant de Noémie. Comme une réparation. Ruth restera à jamais la servante de sa belle-mère et quel pourra être l'avenir de cet enfant ?