



L'écoute et la relation d'aide auprès des aînés

Par Karine Godin
Le 14 octobre 2015

Ce qui sera abordé dans la présentation

- Classifications de la vieillesse
- Le grand-âge
- Ce qui peut nuire à la compréhension:
stress/anxiété/déficits cognitifs
- Bien cerner ce qui préoccupe la personne
- Utilisation de techniques d'écoute active

Les personnes âgées, qui sont-elles?

- Âge chronologique: 65 ans- 74 ans
75 ans- 85 ans
85 ans et plus
- Âge physiologique: caractéristiques physiques associées au vieillissement.
- Étapes ou rôles de la vie: changements au niveau des rôles sociaux.

Le grand-âge (85 et plus)

- Défis importants dans l'intervention notamment en ce qui concerne les déficits cognitifs.
- Nombreux changements et pertes
- Groupe d'âge significatif: personnes plus à risque de vivre avec des vulnérabilités importantes.

Source : Hébergement et soins de longue durée, Précis pratique de gériatrie, 3e édition, Ed. Maloine.

Ce qui peut nuire à la compréhension: stress/anxiété/déficits cognitifs

- Stress: résistance au stress diminuée avec l'avance en âge (CINÉ) *. Impacts sur la mémoire.
- Anxiété
- Déficits cognitifs

* Sonia Lupien / Par amour du stress

Déficits cognitifs... Cela réfère à quoi?

- Pensée
- Raisonnement
- Capacité d'abstraction
- Perception/interprétation
- Mémoire
- Compréhension

Échelle événementielle

- Mort du conjoint 100
- Décès d'un proche parent 63
- Blessure personnelle ou maladie 63
- Mise à la retraite 45
- Changement dans la santé d'un membre de la famille 44
- Modification de la situation financière 39
- Mort d'un ami proche 37
- Changement de conditions de vie 25
- Changement d'habitudes personnelles 24
- Changement de résidence 20
- Changement dans les loisirs 19
- Changement dans les activités sociales 18
- Changement dans les habitudes de sommeil 16
- Changement dans les habitudes alimentaires 15

Pour favoriser la compréhension

- Tenir compte du contexte (lieu, heure de la journée, stimuli dans l'environnement)
- S'assurer qu'elle nous entend bien et nous aussi
- Se mettre à la hauteur de la personne
- Diminuer les sources de distractions
- Être clair et concis

En situation d'accompagnement

- Bien cerner ce qui préoccupe la personne/aller au-delà des mots
- Qu'est-ce que cette personne me dit sur elle, sur ce qui la préoccupe quand elle me parle comme elle le fait?
- Quels sont les sentiments dominants qui semblent l'habiter en ce moment?

Les techniques d'écoute active

- Reflet /reformulation
- Focalisation
- Confrontation
- Question fermée/ouverte
- Recherche de solutions
- Soutien
- Implication
- Le silence

En pratique...

- Un moment où vous n'avez pas su quoi dire?
- Un moment où vous croyez ne pas avoir dit la bonne chose?
- La dame de 92 ans qui attend sa mère pour dîner...
- La personne qui vous demande pourquoi le bon Dieu ne vient pas la chercher...
- « Je n'ai pas besoin d'aide pour demeurer chez moi »
- « Je suis encore capable de conduire ma voiture »



Des questions?

**Merci de votre présence et
participation!**

Références utilisées

- Vieillir au pluriel. Perspectives sociales. Sous la direction de Michèle Charpentier, 2010.
- La relation d'aide, 4^{ème} édition. Jean-Luc Héту, 2007.
- Par amour du stress. Sonia Lupien, 2010.
- Vieillesse, identité, affectivité. Catherine Simard, 2005.