



"Accompagner la vie intime de la personne soignée, une vraie gageure..."

Nathalie DEHARD

22 novembre 2017– Walferdange

*“Amour et sexualité en vieillissant
Entre préjugés, tabous et réalité”*

Introduction

La vie affective et sexuelle fait partie de la vie, jusqu'à la mort.

Elle s'exprime de multiples façons et chaque personne, chaque couple s'adapte, la fait évoluer.

La sexualité à 70 ans, à 80 ans n'a rien à voir avec celle de 40 ans, qui n'a elle-même rien à voir avec celle de 20 ans d'ailleurs.

Le savoir, l'accepter et pouvoir s'adapter est la clé du maintien d'une vie affective et sexuelle épanouie.

Extrait de « Sex & Sixty » - Marie de Hennezel: p125

La sexualité

Génitalité pour la plupart... Mais la sexualité ne se résume pas au seul fonctionnement des organes sexuels. Elle concerne toute la palette des potentialités excitatrices physiologiques et psychologiques qui procurent du plaisir.

Selon Freud: *"Ensemble des pulsions et des actes qui, dès la première enfance, tendent à obtenir des satisfactions sensuelles (autres que celles des besoins d'auto-conservation) en débordant la simple génitalité et en investissant toutes les zones érogènes."*

Pulsion de vie qui nous accompagne de la naissance jusqu'à la mort.

L'accompagner : une aventure? une gageure?

- Touche à l'intimité, à l'intime
 - du patient
 - du soignant, de l'accompagnant
 - des proches (famille et autres)
- Touche à des questions de société et à son histoire
Une histoire marquée depuis des milliers d'années d'interdits et de transgressions.
- Touche à l'institution d'accueil
 - à son organisation
 - à son architecture, à son aménagement
 - à sa philosophie, à sa vision, à ses valeurs

Intime - Intimité

Intime

Du latin *intimus* qui est le superlatif de *intus* (dedans) et se définit comme ce qui est contenu **au plus profond d'un être** ou comme ce qui lie étroitement par ce qu'il y a de plus profond.

□ On parle de « relation intime », de « toilette intime »...

Intimité

- Ce qui est secret, ce qui est privé...
- Fait référence au sentiment d'association personnelle proche avec autrui.

Intime - Intimité

- Le domicile est un abri de la vie privée, un lieu de retranchement, un lieu de liberté.
- Qu'en est-il de la chambre et de la vie en institution ?
 - La promiscuité, la vie en collectivité
 - L'architecture
 - L'organisation de travail, le partage d'informations
 - Les soins
 - Les portes, les couloirs
 - Etc.

Intime - Intimité

La dépendance met à mal cette intimité par l'entrée de divers professionnels dans la vie de la personne âgée, la rend "publique":

- Histoire de vie
- Santé physique et psychique
- Mise à nu du corps, distance physique
- Sexualité
- Etc.

Intime - Intimité

Vécu entre partage et effraction:

- Un rapprochement qui autorise, qui donne le sentiment de pouvoir tout partager, tout dire...
- Une effraction qui blesse

Intime = très fragile

→ possibilité d'épisodes de problèmes psychiques ou somatiques (désorientation, refus alimentaire,...)

Intime - Intimité

La rencontre avec l'intimité ...

- De l'autre
- Sa propre intimité
 - Valeurs
 - Croyances
 - Histoire
 - Education
 - Etc.

Intime - Intimité

→ Emotions (gène, dégoût, colère, peur, tristesse,...)
Dépend de chaque individu

Réactions émotionnelles :

- Combattre
- Fuir
- Subir

Intime - Intimité

Ensuite ...

Tabou: on n'en parle plus...

ou

Pour se soulager:

On raconte, on en rit

Et le plus souvent :

On se sent impuissant, désarmé face à la situation

Vers une prise en compte de la sexualité

Une visibilité plus importante :

- Papyboomers
- Personnes âgées vivant un vieillissement cognitif difficile

Le développement de la notion de bien-être :

- vers un plus grande bientraitance
- la notion de bien-être au travail

Vers une prise en compte de la sexualité

Importance d'aborder ce sujet car il fait partie du bien-être...

Selon l'OMS



*“La santé sexuelle fait partie intégrante de la **santé**, du **bien-être** et de la **qualité de vie** dans leur ensemble. C'est un état de **bien-être physique, émotionnel, mental** et **social** en relation avec la sexualité, et non pas simplement l'absence de maladies, de dysfonctionnements ou d'infirmités.”*

Vers une prise en compte de la sexualité

Dans certaines conditions → qui sont les garants de ces conditions ?

OMS (suite)



“La santé sexuelle requiert une **approche positive** et **respectueuse** de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d’avoir des expériences sexuelles **agréables** et **sûres, sans contrainte, discrimination et violence.**”

Vers une prise en compte de la sexualité

OMS (suite) 

*“Pour atteindre et maintenir un bon état de santé sexuelle, les droits sexuels de **tous les individus** doivent être respectés et protégés.”*

- Comment faire?**
- Qu'est-ce que cela implique?**

Exemple de situations compliquées

- Expression des besoins sexuels
- Masturbation face aux soignants
- Certaines histoires confiées (ex: viol) doivent-elles être partagées?
- Un mari qui ne reconnaît plus son épouse
- Comment en parler avec la famille?
- La question de la prostitution
- La question de la médication

Situations compliquées

Chaque situation est particulière

→ Individualité

→ Pas de réponse toute faite

Importance : y réfléchir en commençant par le début...

En effet, le plus souvent, on démarre des problèmes...

Proposition: comprendre pour agir en professionnel et sortir de la réaction.

Accompagner la personne âgée

« Accompagner, c'est être à côté : ni en avant, ni en arrière, **ni à la place** »

(Andrée Dalcourt-Gauvin)

« Accompagner quelqu'un...
c'est marcher à ses côtés en le laissant **libre de choisir son chemin** et le rythme de son pas »

(G. Le Bouedec, A. Du Crest, L. Pasquier et R. Stahl)

Pistes d'actions : en amont

Prendre le temps de se connaître, de réfléchir sur soi :

- sur sa propre sexualité et son histoire personnelle
- sur ses valeurs personnelles
- sur ses croyances
- sur ses connaissances (sexualité, vieillissement, démence,...)
- sur ses valeurs professionnelles
- sur ses émotions
- sur sa façon de réagir
- sur ses tabous
- sur ses capacités à parler de sexualité
- etc.

Pistes d'actions : en amont

Se former pour:

- **Déconstruire** les croyances, les anciennes façons d'agir,...
- **Comprendre** le vécu, les comportements, les besoins, l'importance,...
- **Ecouter** : pouvoir déposer sa souffrance, exprimer ses besoins et être entendu est déjà beaucoup et parfois suffisant.
- Poser ses **limites** de manière bienveillante et réorienter au besoin.
- **Construire** une nouvelle façon d'aborder la sexualité des personnes âgées et peut-être apporter des solutions...

Pistes d'actions : en amont

Réfléchir en équipe pour:

- Anticiper
- Redéfinir les valeurs de l'accompagnement
- Redéfinir les limites, le cadre : qui fait quoi, référent?, etc.
- Etablir un projet de vie individuel

En institution

Projet institutionnel → la sexualité en fait-elle partie?

- Qu'en est-il de son application réelle sur le terrain?
- En parle-t-on à l'entrée? Aux résidents et aux familles?
- Sont-ils impliqués dans la réflexion?

Pistes d'actions : en pratique

Pratiquement, qu'est-ce qui est mis en place?

- Respect du lieu privé: frapper et attendre avant d'entrer, plaquettes de portes,...
- Aménagement des lieux privés: lits doubles médicalisés? Chambres pour couples?
- Aménagements des lieux communs: vision panoptique ou endroits discrets?
- Loveroom, sextoys,...
- Positionnement face à la prostitution



Pistes d'actions : en permanence

En permanence

- Respect de l'intimité (lieu, vie privée, partage d'infos avec consentement, respect du corps, respect des capacités, respect de l'autonomie,...)
- Favoriser les rencontres
- Etre à l'écoute

Pistes d'actions : en aval

Temps de parole pour:

- Décanner, sortir de l'aspect émotionnel
- Mieux appréhender la situation
- Proposer des pistes concrètes
- Evaluer et nourrir le projet institutionnel et/ou le projet d'équipe
- Evaluer et revoir le projet de vie individualisé

Conclusion

Parler de sexualité permet de favoriser:

- Le bien-être **physique, émotionnel, mental** et **social** des residents
- La continuité de la vie
- Un mieux être des personnes qui accompagnent (professionnels et proches)

Parler de sexualité permet d'éviter:

- Des situations de maltraitance
- L'épuisement professionnel
- Les conflits

Conclusion

Osons parler de sexualité...

Sans exercer de pouvoir sur celle qui n'est pas la nôtre...

En accompagnant simplement les personnes dans cet aspect important de la vie...