

La personne âgée, sa place et son accompagnement dans la société



PSYCHOLOGIE



- **Comment comprendre la psychologie de la personnes âgée?**

Il est possible de classifier les personnes âgées en trois groupes :

- ✓ Personnes âgées autonomes
- ✓ Personnes âgées avec une dépendances physique
- ✓ Personnes âgées avec une dépendance psychique

Les réponses apportées ne peuvent pas être les mêmes et sont à adapter en fonction de l'interlocuteur.

Il est complexe de répondre ainsi à une question assez large.

S'il est véritablement question de « psychologie » de la personne âgée , seuls des spécialistes peuvent répondre avec précision.

Cependant l'âge de la personne et son état de santé sont souvent des facteurs aidants pour comprendre les problématiques.

Une personne très entourée sur le plan familial aura des attentes très différentes d'une personne isolée socialement.

Par ailleurs l'habitat contribue aussi à plus ou moins bien accompagner une personne.

- **Qui peut aider « les aidants » afin qu'ils ne craquent pas?**

On en compte aujourd'hui **11 millions en France** ? 11 millions de personnes, qui doivent faire face à la maladie, la vieillesse ou le handicap d'un proche et qui, par choix ou par obligation, les assistent dans tous les actes de la vie quotidienne. Sans y être, bien souvent, suffisamment préparés, ces aidants de proches vont jouer un rôle pouvant aller de l'aide simple jusqu'au soins, en passant en passant par le rôle d'aide social.

Certains exercent même encore une activité professionnelle (50% !) et se débattent avec un emploi du temps surchargé.

Mais leurs ressources ne sont pas infinies. Le **risque d'épuisement physique et psychologique** est grand. Un tiers des aidants de personnes atteintes d'Alzheimer décèderaient avant la personne malade.

Il est très important et parfois VITAL de se préserver et prendre soin de soi de manière régulière et ce, dès que l'on devient aidant de proche. Ne pas surestimez ses forces, se faire accompagner, conseiller, aider. Et s'imposer des moments de répit au cours de la journée, de la semaine et de l'année.

De nombreuses structures peuvent accueillir et soutenir les aidants familiaux au niveau du Département, proposer des ressources, des formations....(CCAS, France ALZHEIMER, UDAF...)

