

ANNE-CLAIRE CHAPUIS

vous répond



Q : Mon père est désorienté, je n'arrive plus à le comprendre, comment faire pour communiquer de nouveau avec lui ?

Voilà une question que bien des gens se sont posés sans y trouver de réponse. Je ne peux pas donner un pourcentage précis, mais le fait d'être un peu perdu dans les jours et dans les lieux arrive à beaucoup de personnes très âgées. Ben oui, avant, on était vieux à 60 ans, on ne voyait donc pas tant de personnes désorientées. Mais maintenant on l'est à 80 ans voire 90. Sans compter que le nombre de centenaires ne cesse d'augmenter.

Pour les enfants ou les petits-enfants, c'est inquiétant de voir son père ou son grand-père oublier qui il est. L'erreur qu'ils font le plus souvent est d'essayer de le ramener dans la réalité ce qui montre à la personne âgée qu'elle s'est trompée et cela coupe la communication entre les générations. En effet, la personne âgée va se taire pour éviter de dire une nouvelle bêtise.

Je vous donne un exemple, encore bien présent dans mon esprit : une grand-mère parle de son mari décédé comme s'il était encore en vie. Sa petite-fille vient et lui dit de but en blanc : " Mamie, tu sais bien que papy est mort ! " Voilà le genre de phrase qui va choquer la grand-mère. Car dans son esprit, elle est en train de revivre un moment où son mari est encore vivant et elle a besoin de l'exprimer.

La personne âgée désorientée a besoin de résoudre des choses dans sa vie qui sont restées en suspens. Laissez-moi vous donner trois conseils pour vous aider à maintenir la communication avec votre père :

D'abord, ne remettez pas en question ce qu'il est en train de vous dire, même si cela ne correspond pas à la réalité d'aujourd'hui. Au contraire, reformulez ses propos, répétez les mots qui vous semblent importants à ses yeux et creusez, en lui posant des questions. Il se sentira ainsi écouté et valorisé par l'attention que vous lui portez.

Un vieillard revit sa très longue vie et fait le bilan de la personne qu'il a été. Pour pouvoir mourir en paix, il a besoin de "faire le ménage", de régler ce qu'il a laissé en suspens jusqu'à présent. Et une vie, vous le savez aussi bien que moi, n'est pas un long fleuve tranquille ! Il y a des événements regrettables, traumatisants, comme la perte d'un enfant, que la personne revit encore et encore en se culpabilisant. Si elle n'a pas pu exprimer sa douleur ou sa colère au moment opportun, il faudra qu'elle le fasse tôt ou tard.

Tout être humain a des besoins fondamentaux. Il y en a trois principaux : le besoin d'être aimé, le besoin d'être utile et le besoin d'exprimer des émotions fortes et d'être entendu. Cherchez dans le discours de votre aïeul quel besoin il veut exprimer quand il vous parle et insistez dessus en le verbalisant.

En conclusion, reprenez que le comportement des personnes âgées désorientées est une leçon de vie pour nous les plus jeunes. En effet, elles nous enseignent à régler dès à présent les problèmes que nous rencontrons dans nos vies afin de ne pas en être esclaves à la fin de nos jours. C'est une leçon de sagesse. Pour en savoir plus, vous pouvez vous référer à la méthode de Naomi Feil, une psychologue qui a mis au point des techniques de communication pour les personnes âgées désorientées..