Chronique : le burn-out des seniors

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations**

Band (Jahr): **- (2018)**

Heft 103

PDF erstellt am: **28.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

A cœur ouvert

par **Rosette Poletti**

Le burn-out des seniors

Le burn-out, cet état de grand épuisement, concerne en général ceux qui sont dans le feu de l'action. Pourtant, aujourd'hui, les choses ont changé et de nombreux seniors souffrent de burn-out. On n'en parle pas, car cela ne leur fait pas manquer le travail et, à première vue, n'engendre pas les mêmes coûts pour la société.

Qui sont ces seniors épuisés? Ce sont, en général, des proches aidants, comme Lucie. Son mari est atteint d'une démence d'Alzheimer, son fils habite la Suisse alémanique. Elle prend soin de son mari. Elle veille sur lui jour et nuit, l'aide pour toutes les activités de la vie quotidienne, sauf pour les soins d'hygiène : une aide-soignante vient tous les matins pour l'aider à prendre sa douche. L'autre jour, elle a dû être hospitalisée et son mari aussi. Elle avait atteint un état de burn-out aigu. L'histoire de Lucie est vécue tous les jours par de très nombreux seniors qui s'occupent de leurs parents très âgés. Il y a aussi les grands-parents qui gardent presque à plein temps leurs petits-enfants. Pour différentes raisons, ces seniors ont beaucoup de difficulté à mettre des limites à leurs investissements.

Notre société change, de nouvelles solutions doivent être trouvées, politiquement, socialement. Il est aussi indispensable d'aborder ces situations avant que les déséquilibres ne surviennent, de se préparer en tant que seniors à cette grande vieillesse, en évitant de faire promettre à ses proches des choses qui deviendront irréalisables. Surtout, il est essentiel de se parler et de communiquer à l'intérieur des familles, de se répartir les tâches et de sortir des conflits qui datent parfois de l'enfance.

Chaque enfant a été mis au monde par ses parents, chacun doit porter une part égale de la responsabilité de les aider et de les accompagner lorsqu'ils ont besoin de soins. Si on habite trop loin pour pouvoir partager le travail pratique, on peut financer une aide de ménage, par exemple. C'est ce partage, cette coopération à l'intérieur des familles, qui peut permettre d'éviter ce nouveau et douloureux problème du burn-out des seniors.