

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 35 (2005)
Heft: 5

Artikel: La gérontopsychologie à l'écoute des aînés
Autor: Prélaz, Catherine
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-826081>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 16.01.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

LA GÉRONTOPSYCHOLOGIE

à l'écoute des aînés

Dans le grand domaine de la gérontologie, la gériatrie s'occupe de la personne âgée sur un plan médical, alors que la gérontopsychologie est une forme de psychologie adaptée aux aînés. Cette approche est en pleine progression, signe qu'une démarche dite «psy» peut se justifier à n'importe quelle étape de la vie.

À l'Université de Genève, la gérontopsychologie est désormais un domaine d'enseignement à part entière, dirigé par Nicole von Steinbüchel. A ses yeux, la gérontopsychologie est à considérer d'une façon positive: «Dans un processus de vieillissement, on subit un déclin, des pertes, mais il y a aussi des gains, c'est évident. Depuis une cinquantaine d'années, un pionnier tel que le psychologue Karl Schaie ou le couple Baltes à Berlin ont considéré le vieillissement selon une telle approche développementale. Cela donne une perspective tout à fait différente que de ne considérer la vieillesse qu'en termes de déclin. Toute notre existence est une suite de changements d'états de vie, une évolution pas seulement vers le pire.»

Dans cette vision positive, Nicole von Steinbüchel n'ignore pas les difficultés liées à l'âge. «Bien sûr, il y a beaucoup de personnes âgées solitaires, pauvres, dépressives et souffrant de graves problèmes de santé. Mais il est possible de préserver dans la vieillesse de nombreux acquis, et même de les développer. On peut gagner en sagesse, en empathie, mais encore en estime de soi, dans la satisfaction de ce que l'on a accompli au cours de sa vie.»

Une vieillesse réussie, cela sonne comme un thème à la mode. «Sans doute. La question est de savoir ce que l'on entend par une vieillesse réussie. Elle peut l'être même avec des problèmes de santé, grâce à de grandes capacités de compensation, de mise en place de nouvelles ressources. D'une personne âgée à l'autre, on rencontre des situations extrêmement différentes. Certaines souffrent de déclin importants

par rapport à certaines fonctions, alors que chez d'autres ces mêmes fonctions sont parfaitement préservées. Cette immense variabilité est aussi ce qui fait une des spécificités de la gérontopsychologie.»

«UNE RÉVÉLATION»

Un vieillissement réussi, soit. Mais à tout âge de la vie, un coup dur peut survenir, un événement difficile à surmonter qui remet en question notre équilibre. On pense alors, trop souvent, qu'il n'y a rien à faire.

Pour Madeleine Gurny, coordinatrice d'un projet du Fonds national suisse de la recherche scientifique consacré à la qualité de vie des aînés (sous la direction de Nicole von Steinbüchel en collaboration avec Michael Eid), «une psychothérapie peut avoir à un âge avancé un impact aussi fort que chez une personne plus jeune. Si la personne manifeste véritablement le désir de se sortir de la situation douloureuse dans laquelle elle se trouve, une thérapie peut se montrer tout à fait efficace. Contrairement à ce que l'on croit souvent, une telle démarche n'est donc ni impossible, ni inutile, et encore moins dangereuse. Pour une personne âgée, s'entendre dire qu'il y a quelque chose à faire peut même être une véritable révélation. Ce n'est pas parce que l'on est déprimé qu'on doit le rester jusqu'à la fin de ses jours. A mon sens, c'est là un message fondamental à faire passer.»

LA GÉRONTOPSYCHOLOGIE, C'EST QUOI ?

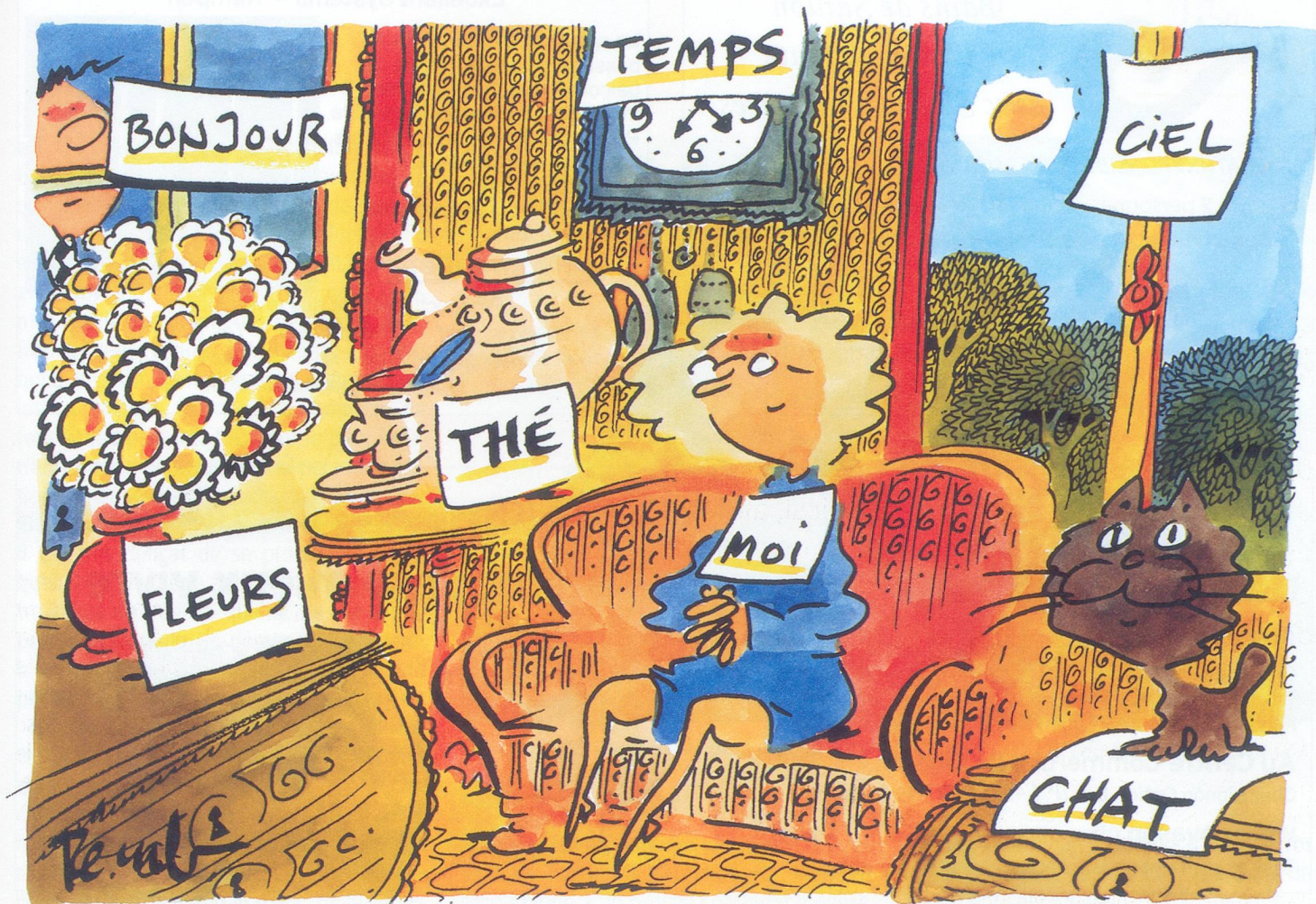
Certains l'appellent psychogérontologie, mais on parle de la même chose. On peut lui donner deux définitions générales, l'une assez théorique, et l'autre plus pratique.

Sur un plan théorique, Nicole von Steinbüchel la définit comme «l'ensemble de la personne âgée pris dans un modèle bio-psycho-social. Cette approche tient compte de tous les aspects de la vie de cette personne: les aspects physiques et sensoriels; les aspects psychiques, liés à son vécu, à ses capacités d'adaptation, à la façon dont elle parvient ou non à compenser les pertes au cours de la vie; les aspects sociaux, à savoir le soutien dont elle bénéficie, ou au contraire la solitude et la pauvreté dans lesquels elle vit.»

Sur un plan plus pratique, Madeleine

Gurny résume la gérontopsychologie de la façon suivante: «Il s'agit de la psychologie de la personne âgée, une psychologie adaptée au développement de cette personne, en tenant compte des problèmes qu'elle peut rencontrer en lien avec le processus de vieillissement: pertes physiques, sensorielles, cognitives... La gérontopsychologie s'attache alors aux manières de passer outre ces pertes et ces déclinés naturels, de les compenser, afin de préserver la meilleure qualité de vie possible.»

On distinguera la gérontopsychologie de la psychogériatrie qui, par exemple, prend en charge de façon médicale des personnes âgées souffrant de démence associée à un autre problème d'ordre psychique.



Dessin Pécub

Nicole von Steinbüchel partage le même avis, tout en relevant que la Société professionnelle suisse de gérontopsychologie fournit une formation dans ce domaine. «Si pour l'essentiel, une psychothérapie avec une personne âgée ne diffère pas beaucoup de celle que l'on peut entreprendre avec une personne plus jeune, il y a cependant certaines spécificités de la personne âgée qu'il est important de savoir prendre en compte, en raison par exemple d'une certaine proximité avec la mort. Cela étant, un travail psychothérapeutique peut véritablement changer la vie d'une personne âgée. Et quel que soit le temps qui reste à vivre, cette démarche est essentielle.»

Avec le vieillissement de la population, la gérontopsychologie est certainement appelée à se développer. Nicole von Steinbüchel inclut dans son approche bio-psycho-sociale le rôle des aînés dans la société. «Cela en fait totalement partie, c'est ma conviction. Avec l'âge, on accumule des connaissances, de l'expérience et de la sagesse. Et je milite pour la réintégration des seniors dans la société et dans le monde du travail, en tant qu'experts.»

Catherine Prélaz

De la santé à la qualité de vie

Dans le domaine de la gérontopsychologie, la qualité de vie de la personne âgée est un élément fondamental. Mais comment l'évaluer, sinon en questionnant les principaux intéressés?

L'OMS est à la base d'un important projet visant à évaluer la qualité de vie des personnes âgées en termes de comparaisons internationales. Au plan suisse, ce projet a obtenu le soutien du Fonds national de la recherche scientifique. Intitulé WHO-QOL-OLD – WHO pour *World Health Organisation* (OMS), QOL pour *quality of life* (qualité de vie) et *old* (âgé) – ce projet avait pour objectif la validation d'un questionnaire d'évaluation de la qualité de vie des aînés. Une centaine de questions portaient sur tous les aspects de leur vie: leur fonctionnement sensoriel, leur autonomie, leurs projets pour le futur, leur niveau de satis-

faction quant à leur vie passée, leur intégration dans la société, leur lien à la mort et à l'idée de mourir, leur intimité... «Ce type de questionnaire considère que chaque personne est elle-même experte pour s'exprimer sur sa qualité de la vie, explique Nicole von Steinbüchel. Il convient donc dans toute la mesure du possible de faire en sorte que les gens puissent répondre eux-mêmes, et se tourner vers un proche seulement si ce n'est pas le cas.»

Ce questionnaire a été soumis à des personnes en bonne santé psychique, c'est-à-dire ne souffrant pas de démence. Mais Nicole von Steinbüchel veut pousser la recherche plus loin, dans l'idée de comparer la qualité de vie des aînés en bonne santé et de ceux souffrant d'une démence, en particulier la maladie d'Alzheimer. Peut-on demander à une personne atteinte d'une démence comment elle va? «Toute la difficulté de l'exercice consiste à déterminer quelles sont les questions qui peuvent avoir du sens pour ces personnes, et dans quelle mesure leurs réponses auront-elles »