



Suivi colloque « Vieux clichés, c'est dépassé ! » : analyse des pauses intelligentes

« Et moi, aujourd'hui, que puis-je faire pour participer au changement d'image ? Dans ma vie personnelle, professionnelle, dans ma famille, mes loisirs, etc. ? »

Rappel du cadre : les participants au colloque, principalement des professionnels, ont été invités à s'exprimer en fin de journée, de manière individuelle par écrit sur la question ci-dessus. Leurs écrits ont ensuite été repris pour ceux qui étaient d'accord.

Nombre de répondants : 107

1) Thèmes

Les thèmes sont rapportés ici par fréquence, du plus fréquent au moins fréquent. Une même personne peut bien sûr avoir cité plusieurs thèmes différents.

⇒ **Pour 38 personnes (35,5%)**

Un des domaines d'action le plus fréquemment cité est celui de l'/la **(in)formation**, de la **sensibilisation**, de la **communication**, de la **transmission**. Que ce soit une formation continue, où les gens désirent continuer à apprendre et se mettre à la page, être au courant de ce qui change, ou des formations qui sont données par les personnes qui ont répondu. Cette (in)formation se ferait aussi bien du point de vue personnel, dans sa famille par exemple que professionnel, avec ses collègues, avec d'autres travailleurs du domaine. Il s'agira pour certains de donner l'exemple, grâce aux enseignements qu'ils auront reçu durant la journée de colloque, à leur équipe, à leurs enfants. Un enseignant et un étudiant dans le milieu des soins (aux personnes âgées), expliquent qu'elles pourraient se servir de cette « position » pour partager leurs nouveaux apprentissages. L'accent est mis à plusieurs reprises sur la sensibilisation, parfois à mettre en place, parfois qui est déjà mise en place et qui sera donc dans la continuité de la pratique de la personne : se former davantage ou continuer à s'informer.

⇒ **Pour 28 personnes (26%)**

L'importance de ne pas véhiculer mais aussi de ne pas se laisser influencer par des **stéréotypes négatifs**, de se rendre compte de l'impact de ceux-ci dans notre société (pour les collègues et la famille) et de prôner un **discours positif et réaliste** (nuancé) de l'avancée en âge est retrouvée dans les propositions de changement. On souligne l'importance de voir aussi ce qui va bien, de mettre l'accent sur des images positives et les véhiculer avec les proches et pas seulement des



images négatives, ne pas se focaliser uniquement sur ce qui ne va pas, ne pas coller une étiquette stéréotypée sur la personne. Certaines personnes parlent de réflexion et de construction positive : on se nourrit du positif mais on le construit aussi.

⇒ **Pour 27 personnes (25%)**

Déceler et se servir des **capacités préservées**, les mettre en avant, les rechercher et ne pas se baser uniquement sur les incapacités, mettre en valeurs les qualités de la personne pour renforcer sa confiance en elle.

⇒ **Pour 21 personnes (19%)**

Remettre **l'humain** à l'avant-plan, ainsi que la relation d'adulte à adulte, d'égal à égal : remettre l'humain à sa place d'humain acteur de sa vie, lui rendre son **autonomie** et sa capacité à **choisir**, le **considérer** à sa juste place, **valoriser** la personne âgée et ne pas faire à sa place. C'est donc aussi important de **connaître** la personne accompagnée.

⇒ **Pour 17 personnes (16%)**

Ces personnes insistent sur le fait de se **remettre en question**, de réfléchir à ses propres comportements, être alerte à ce qui se passe autour d'eux et **s'adapter** et **valoriser** les personnes accompagnées, aux changements, une personne insiste sur le fait de ne pas rentrer dans une routine mais d'être toujours capable de s'émerveiller, ou être choqué, vivre le moment présent. Dans la lignée de ces idées, d'autres parlent de **motivation**, qu'il faut croire que le changement est possible et être acteur de ce changement...

En vrac ...

Pratiquement, certaines personnes parlent des **outils** évoqués lors de la journée de colloque (MAS : 4 : 3,7%, Montessori : 3 : 2,8%, pas que le MMSE : 2 : 1,85%, loupe de détective : 2 : 1,85%, iceberg : 1 : moins de 1%). 1 (moins de 1%) personne (professionnel soignant) a noté l'importance de la compréhension du comportement des personnes qu'elle accompagne, car il y a « toujours une raison à ces comportements ». 4 (3,7%) personnes ont relevé la « **question qui tue** » comme outil pratique de changement de regard.

11 (10%) personnes ont souligné l'importance de **se poser, prendre le temps de s'arrêter, pour comprendre et réfléchir, apprendre à prendre le temps.**

11 (10%) personnes évoquent la **communication en équipe**, l'importance de dialoguer avec l'ensemble de ses collègues pour tenter de trouver des solutions. Le partage et la recherche ici concerne les ressentis de ses propres émotions et des personnes accompagnées, dans le respect de ces derniers.



Changement de vocabulaire : qu'il soit fait à la maison, avec sa famille ou dans son institution, 9 (8,5%) personnes insistent sur l'utilité qu'elles auront à changer de termes par exemple : personne qui a un comportement défensif et pas « personne agressive », personne au vieillissement cognitif difficile et pas « personne démente »... Touchant au vocabulaire, est à relever aussi l'utilisation de mots porteurs de sens.

Pratiquement, 4 (3,7%) personnes insistent sur le fait de **sourire** davantage. 6 (5,6%) personnes mettent l'accent sur le **dialogue**, la **reformulation**, la **tolérance** et la **patience** concernant l'écoute des personnes qui sont accompagnées.

3 (2,8%) personnes ont parlé clairement d'intégration de la famille entière et d'**intergénérationnel** dans leur proposition de participation au changement d'images.

2) Domaines

En enlevant 4 propositions de participation au changement d'image (ne savent pas répondre, car ont besoin d'un temps de réflexion, ou propose de demander aux personnes âgées comment elles souhaitent vivre leur vieillesse) : 103 participations.

Dans ma profession :

Un total de 72 personnes, soit 70% des participants évoquent une **participation concrète** dans leur milieu professionnel. On peut penser, en lisant leurs idées, que ce sont des gens qui travaillent en contact avec des personnes âgées, dans le médical ou le paramédical.

Dans ces 72 personnes, 32 donc 45% écrivent en plus de leur milieu professionnel, des engagements de changements dans d'autres domaines (famille, entourage, soi-même par rapport à l'ensemble de la société...)

Autres :

62 personnes (32 + 30) donc 60% des participants proposent des idées de changements dans d'autres domaines que celui de leur cadre professionnel.

- 23 participants (environ la moitié de ce groupe « autres » et 22% de l'entièreté du groupe de personnes qui ont participé) parlent de leur **famille et entourage proche** ; que ce soit dans l'idée **d'alimenter les relations grands-parents/petits-enfants** par exemple, ou de **montrer l'exemple aux enfants** (parfois de manière plus concrète, quand un aîné de la famille a un vieillissement cognitif difficile, en parler avec les enfants et démystifier avec eux la maladie). Pour certains, il s'agit d'agir avec nos aînés comme on voudrait qu'on agisse avec nous quand viendra notre tour d'être aîné..., de viser



l'autonomie et pas la surprotection de ses proches. D'autres finalement évoquent l'idée de se poser, prendre le temps, de réfléchir, dialoguer, etc.

- Les 39 personnes restantes (38% du total des participants) évoquent diverses idées **d'arrêter de véhiculer des stéréotypes** liés à l'avancée en âge, de **ne pas juger les personnes âgées** (et la population en général d'ailleurs), et ne pas se faire influencer par les stéréotypes véhiculés, **prendre du recul et être à l'écoute de nos émotions**. Aussi, certaines personnes parlent d'un point de vue pratique de ce qu'elles vont pouvoir changer dans leur vie de tous les jours (ne plus s'énerver quand une personne âgée marche lentement devant nous, ne pas parler différemment quand on s'adresse une personne âgée, etc.), de montrer l'exemple dans la vie de tous les jours, d'être plus attentifs à la place des aînés dans la société et de leur donner (rendre) un rôle de formateur.