

L'adolescence

1) *Définition* : Période de crise, de changement profond. Temps de remise en question de l'identité (cf. travail de deuil) L'adolescence est une notion récente (avant on passait directement de l'enfance à l'âge adulte) On sait quand cela commence, mais pas quand cela fini.

L'adolescence est un processus psychologique, affectif, intellectuel qui accompagne la puberté (transformation physiologique)

L'adolescence c'est « un coup de tonnerre dans un ciel serein »

2) *Modifications physiques et physiologiques* : puberté. Les modifications corporelles entraînent une modification de l'image corporelle. Fragilité dans cette période, risque de troubles du comportement dus à une mauvaise estime de soi.

3) *modifications intellectuelles* : période d'intellectualisation, de « rêveries »

4) *modifications sociales* : phase de latence sociale. Quitte la dépendance de ces parents : autonomie. Conflits. (revendications car autorité des parents remise en cause) L'adolescent cherche des relations à l'extérieur de la famille (bandes, groupes qui sont importants pour la socialisation)

5) *les modifications affectives* : Maturation sexuelle physique. Période d'individuation (pour aboutir au sens de l'identité) sentiment d'angoisse (pour lutter contre l'angoisse : activités+++ , intellectualisation, repli sur soi, identification)

6) *les signes de la crise d'adolescence* : sont discrets ou bruyants

Troubles de l'identité « qui suis-je ? » troubles du caractère et du comportement (parfois mise en danger) difficultés pour se concentrer, inquiétudes +++ sur le corps, intellectualisation, ambivalence vis-à-vis des parents.

Conclusion : L'adolescence c'est la première crise de l'adulte. Mais « plus on en parle, moins on leur parle »

Sortir de l'adolescence, c'est accepter de grandir, de s'engager dans la vie d'adulte, voire dans la vie de couple.



L'adulte

L'âge adulte est le deuxième âge. Il dure longtemps (environ 40 ans) L'adulte c'est celui qui a fini physiologiquement sa croissance (*adultus* en latin veut dire : qui a grandi)

1) L'adulte est perçu différemment selon les biologistes, les juristes, les sociologues, les psychologues

Pour le biologiste, l'adulte a atteint la maturité sexuelle, sa croissance est achevée. Pour le psychologue, l'adulte a atteint la maturité. Pour le sociologue, l'adulte est celui qui est inséré culturellement, professionnellement et donc autonome.

Au niveau juridique : jusqu'au 18^{ème} siècle, la majorité est à 25 ans puis à 21 ans jusqu'en 1974 où elle passe à 18 ans.

2) Différence entre l'homme adulte et la femme adulte

Il existe une différence dans l'histoire. Chez les Grecs anciens adulte = homme, femme = enfant.

Avec le code Napoléon, la femme est dépendante de son mari (= mineure, doit demander l'autorisation de travailler, de dépenser son salaire...) Elle obtient le droit de vote en 1944 et l'autonomie professionnelle en 1965.

On peut dire que la femme recherche un équilibre familial et professionnel alors que l'homme recherche plus une reconnaissance professionnelle.

Les événements affectifs

Le célibat : par choix, par obligation. Il faut faire une différence entre l'isolement et la solitude.

La vie de couple : On parle de choix du conjoint. Mais est-ce vraiment un choix ? Les expériences vécues dans la famille, les relations même inconscientes avec les parents, l'éducation et le groupe social déterminent plus ou moins nettement les critères de choix du partenaire. Influences directes : ressemblance physique ou comportementale ou indirecte (opposition totale au parent du sexe opposé) Les parents sont des modèles (que l'on copie ou que l'on repousse) On remarque la répétition de certaines conduites (alcool, maltraitance) mais il y a des enfants qui cassent cette répétition.

La séparation et le divorce : temps de la « lune de miel » indispensable pour la bonne construction du couple. Il devient progressivement « acceptation de l'autre » L'intérêt du couple se tourne vers autre chose (projet commun, enfants, construction, voyages...)

Si il n'y a pas de communication dans le couple, si évolution de chacun différente, il y a un risque de rupture. Il est important d'accepter que l'autre n'est pas parfait, même si c'est dur. Désillusion.

Problème dans les séparations quand il y a des enfants (risque d'être pris en « otage » par les parents)

Les enfants : les enfants peuvent représenter l'aboutissement d'un projet de couple. Même si c'est un désir commun, chacun le ressent et le vit en fonction de sa propre histoire.

Devenir mère apporte une certaine position sociale. C'est aussi prendre position par rapport à sa propre mère (relation mère-fille réveillée)

La naissance entraîne des changements dans la vie de couple. Les projets sont tournés vers les enfants et plus dans le couple. Il faut savoir gérer la vie de couple. Il est important que la mère laisse une place (psychologiquement) au père. Etre parent tout en restant un couple.

Devenir parent, c'est accéder à la génération supérieure (« on prend un coup de vieux »)

Les périodes de crise

Actuellement, l'adulte est considéré comme un idéal de vie. On parle d'emploi, d'insertion. Période qui renvoie à une stabilisation. On s'enrichit au niveau personnel (maturité), affectif, professionnel. Importance de la reconnaissance sociale, envie d'obtenir un statut social élevé, importance de l'estime de soi pour y parvenir.

Dans notre société actuelle, c'est aussi chez l'adulte que l'on va percevoir des crises. Ces crises pour certaines peuvent permettre à l'adulte de se structurer. Les épreuves sont des moments de remise en question, de réflexion, de questionnement sur soi à dépasser pour évoluer, on dira parfois que certaines épreuves font « grandir ». Parfois impression de répétition (difficultés affectives déjà vécues auparavant qui remettent encore plus en question)

Crise de la quarantaine : on en parle beaucoup. C'est la crise du milieu de vie. Le sujet a atteint une certaine maturité et parfois il va remettre beaucoup de choses en question. Vers 40 ans, on peut se stabiliser (dans la vie professionnelle, familiale) ou avoir envie de prendre un nouveau départ.



La personne âgée

On va maintenant parler du troisième âge voire du quatrième âge. Nous sommes dans une société que l'on dit « vieillissante » on a parlé du baby-boom il y a quelque années après-guerre la suite logique est le « papy-boom » ces enfants sont devenus des personnes âgées. Les soignants vont se trouver face à une population importante de personnes âgées. Les progrès de la médecine permettent de maintenir en bonne santé certaines de ces personnes âgées qui vont alors s'épanouir dans leur nouvelle vie de retraité mais d'un autre côté des personnes très âgées et dépendantes vont devoir trouver une place dans notre société. Ceci pose un problème de société (financement) les enfants, les petits-enfants doivent parfois prendre en charge financièrement le placement de leurs ascendants.

Qu'est-ce que la vieillesse ?

Si la vieillesse n'est définie que par le vieillissement des cellules, on devient vieux dès 25 ans voire même 20. A partir de cet âge, nos cellules meurent petit à petit. On perçoit quand même un très gros changement vers 60 ans. Mais ceci dépend du niveau socioculturel et intellectuel de la personne. C'est une nouvelle période de crise : au niveau physique avec des changements de l'apparence corporelle. Au niveau intellectuel avec des troubles des fonctions cognitive. Au niveau affectif crise aussi à travers les deuils. Problèmes car ce déclin du corps et de l'esprit sont en opposition parfaite avec notre société qui privilégie l'esthétique et la réussite professionnelle.

Les aspects psychologiques du vieillissement

- l'aspect physique et psychique sont liés chez la personne âgée. Une personne qui souffre physiquement, diminuée physiquement sera plus facilement sujette à des attitudes dépressives, de repli sur soi, d'agressivité qu'une personne âgée en bonne santé.

- La personne âgée était autrefois respectée et considérée comme source de savoir. Actuellement, on est dans une société qui réalise le culte de la jeunesse écartant les plus anciens qui nous renvoient trop à la mort que l'on voudrait bien supprimer...

- Crise d'identité : image corporelle dévalorisée. La personne âgée doit apprendre à vivre avec ce corps qui se dégrade et qui ne lui répond plus comme elle le voudrait. Ceci va avoir des conséquences sur l'estime de soi.

- Crise d'autonomie : perte de l'autonomie qui est très difficile à gérer pour la personne.

Idée fautive qui est que ce qui arrive aux personnes âgées est normal, dans l'ordre des choses et donc supportable. Ce n'est pas supportable. Y a-t-il une vieillesse normale ?

Souvent les personnes âgées se lamentent sur les capacités antérieures « je ne suis plus bon à rien » « vous avez vu ce que je suis devenu » « il ne faudrait pas devenir vieux » Il est très important pour le soignant de le valoriser, de lui renvoyer une image positive de lui-même (parler de ses capacités conservées, essayer de mettre en valeur sa coquetterie, mettre en valeur son rôle de grand-parent ou d'arrière-grand-parent, ses expériences, les personnes âgées aiment parler du passé même lorsqu'elles sont démentes...)

- Crise d'appartenance : la personne âgée doit trouver une place dans la société

La retraite

C'est un moment important dans la vie de la personne âgée. Moment de crise, de stress intense, de remise en question. En 1950, 50 % des retraités regrettaient d'être à la retraite (problème financiers, baisse du pouvoir d'achat) actuellement 77 % ont une image positive de la retraite (loisirs, repos, famille) Certains pensent surtout aux problèmes de santé qui accompagnent l'âge de la retraite.

Modifications du mode de vie.

- modification du rythme quotidien. Certaines personnes continuent à garder le même rythme (se lèvent à la même heure, partent en vacances comme les personnes actives)

- Nouveaux investissements à la place de l'activité professionnelle (loisirs, garde des petits-enfants, associations) La retraite est un moment de rupture mais aussi de continuité.

- Mais d'un autre côté certaines personnes n'arrivent pas à s'investir dans ces activités et s'ennuient : risque de dépression.

Importance de préparer sa retraite, l'organiser permet de prévoir un nouveau rythme de vie, à cette période.

Dans la vie de couple il y a aussi un moment de crise :

Les enfants sont partis, le couple se trouve dans un face à face parfois difficile à gérer. Nombre important de divorces et de séparations Certains comportements agressifs qui étaient tournés vers l'activité professionnelle vont être déplacés sur le conjoint ce qui entraîne des tensions importantes. Changement dans la sexualité qui peut aussi être vécue de manière douloureuse. Le couple doit apprendre à gérer ces changements. La bonne santé psychologique du couple s'exprime dans des projets et par la faculté de profiter encore de choses séparément pour pouvoir partager ensuite.

Les petits-enfants (et arrière) sont des éléments importants. Les personnes n'ont pas les mêmes responsabilités (pas rôle d'éducation) tout est basé sur le plaisir.

Avec l'augmentation de la durée de vie, les personnes âgées peuvent être amenées à s'occuper des leurs petits-enfants mais aussi de leurs propres parents.

Le cadre de vie

Le cadre de vie d'une personne âgée représente des repères spatiaux, temporeux et affectifs essentiels. D'où les difficultés rencontrées lorsque l'on modifie de façon brutale ou totale ce cadre de vie. (maison de retraite, hospitalisation à plus ou moins long terme)

C'est là qu'intervient l'importance de la démarche de soins (afin de permettre à la personne âgée en institution de conserver au maximum ses habitudes de vie) La personne âgée à besoin de repères, il faut essayer de les lui donner (avec l'aide de la **famille qui a un rôle très important**, et de l'équipe soignante...)

Soignants et personnes âgées :

Certains soignants sont naturellement attirés vers les personnes âgées. Cela peut venir de l'enfance de son expérience positive avec des personnes âgées (grands-parents, voisins...)

Parfois les soignants ne supportent pas la vue des personnes âgées. L'image que leur renvoient ceux-ci est trop difficile. Chacun est libre et l'on ne doit juger personne. Il est simplement important de s'en rendre compte et d'en tenir compte dans ses choix professionnels et de se protéger par rapport à cela. Connaître ses limites.

La dimension affective est très importante dans la prise en charge des personnes âgées (beaucoup d'émotion des deux côtés)

Problème de l'agressivité des personnes âgées souvent mal ressentie par le soignant. Il est important de dédramatiser la situation, de savoir que l'agressivité n'est pas dirigée contre soi mais qu'elle envahit le psychisme du patient. Importance de la communication non verbale (le toucher qui reste un des sens les plus importants jusqu'au moment de la mort) Importance de la famille. Ambivalence de cette famille qui peut être agressive vis à vis des soignants (on n'en fait pas assez pour leur proche) et de l'autre délaissier ce parent (peu de visites, pas d'affaires propres...)

Ceci est vécu difficilement par l'équipe soignante. Il faut prendre garde à ne pas trop juger la famille. Elle a un vécu que les soignants ne connaissent pas forcément et elle traverse une période difficile de remise en question des valeurs de la famille.

Essayer de percevoir la famille comme une aide plutôt que comme une charge dans son travail de soins et d'accompagnement de la personne âgée.