



ESPACE
SENIORS

*Animations sur la sexualité en maison
de repos, ou quand le terrain bouscule
les idées reçues*

(Analyse)

1. Introduction

Depuis maintenant 3 ans, la sexualité des seniors est une thématique récurrente dans notre programmation. Après une campagne tout public organisée en 2013, Espace Seniors a réalisé un guide à destination des maisons de repos et a été invité à de nombreuses reprises pour intervenir sur le sujet, que ce soit auprès des seniors ou des professionnels.

Le seul public que nous n'avions pas encore sensibilisé, du moins directement, était les résidents en maison de repos. Ce fut chose faite grâce à la demande d'une maison de repos du Brabant Wallon où nous nous sommes rendus afin de discuter avec les résidents sur la vie affective et sexuelle des aînés.

Retour sur cette première animation avec des résidents peu bavards...

2. Flashback sur notre campagne 2013

La campagne de 2013

En 2013, Espace Seniors a mené une campagne sur la sexualité des seniors intitulée « *Le Sexe quand je v(i)eux, comme je v(i)eux et où je v(i)eux* ». Si nous nous sommes intéressés à cette thématique c'est parce que nous sommes convaincus que la sexualité contribue au bien-être et à la santé. En tant qu'association partenaire de Solidaris, la santé est une de nos priorités.

Les objectifs de cette campagne étaient divers et ont été atteints en menant de nombreuses actions telles que des conférences et ateliers de réflexions où nous avons réunis de nombreux professionnels (personnel des maisons de repos, sexologue, psychologue, andrologue, sociologue, directeur de la plate-forme prévention Sida..) mais aussi un micro-trottoir, une exposition de seniors nus, des dépliants, des distributions de préservatifs et même des démonstrations de sex-toys. Le public a répondu présent puisque plus de 300 personnes ont participé à notre campagne (seniors et professionnels confondus) !

Les suites

Le 3^{ème} volet de cette campagne (Où je v(i)eux) était centré sur l'intimité et la sexualité des seniors en maison de repos. Lors de cette journée, nous avons rencontré énormément de professionnels exerçant en maison de repos se questionnant par rapport à la vie sexuelle de leurs résidents. *Comment gérer une érection lors d'une toilette intime ? Comment réagir lorsqu'un résident fait des avances à un membre du personnel soignant ? Comment accueillir une demande de rapport sexuel d'un résident ? Comment accompagner les questionnements du résident en matière de sexualité ? Comment gérer la formation d'un couple ?* sont autant de questions que le personnel des maisons de repos se pose.

Ce dernier ne sachant pas toujours comment réagir, aider ou accompagner les résidents, Espace Seniors a réalisé, fin 2014, un guide¹ proposant des pistes d'action et de réflexions pour faire face à des situations concrètes.

¹ « *Intimité et sexualité des seniors en maisons de repos – Réflexions et pistes d'actions* » disponible en téléphonant au 02/515.02.73 ou téléchargeable sur www.espace.seniors.be, rubrique Publications.

Ce guide fut envoyé à toutes les maisons de repos de Bruxelles et de Wallonie accompagné d'une invitation à sensibiliser le personnel à cette thématique.

Outre les professionnels, nous avons été régulièrement contactés pour intervenir au sujet de la sexualité des seniors à diverses occasions : colloques, réunions de CCCA, conférences à destination des seniors, etc.

Nous sommes intervenus à ce sujet plus d'une cinquantaine de fois en un an, tout public confondu : seniors, professionnels de maison de repos, professionnels des soins à domicile... Nous pouvons donc raisonnablement dire que la demande est importante et régulière.

3. Une première animation à destination des résidents

Le seul et unique public que nous n'avions pas encore touché/sensibilisé était les aînés en maisons de repos. Ce fut chose faite grâce à la demande d'une psychologue clinicienne travaillant dans une résidence du Brabant Wallon.

Organisant depuis peu un groupe de parole à destination des résidents, ceux-ci lui font part du tabou et du désert d'information qui règnent autour de la thématique de la sexualité des seniors. Elle pense donc qu'il serait très intéressant de l'aborder et d'en débattre pour ouvrir la parole. L'objectif est de lever les tabous et d'oser en parler !

Nous convenons ensemble de la meilleure manière d'aborder le sujet et choisissons la technique du Ciné-Débat : diffusion de morceaux de reportages sur la thématique suivis d'une discussion sur le sujet. Nous rassurons les résidents sur la confidentialité et sur leur liberté de s'exprimer ou pas sur le sujet.

Les reportages terminés, nous entamons le débat ou du moins, nous essayons. En effet, l'assemblée (plus ou moins 20 personnes) n'est pas très bavarde : même la simple question « *Qu'avez-vous pensé des reportages ?* » ne reçoit pas de réponse. Nous tentons de désamorcer la situation en posant d'autres questions telles que « *Pensez-vous qu'il y ait un âge limite pour la sexualité ?* », « *Est-ce que comme certaines personnes peuvent le penser, arrivé à un certain âge, on n'a plus de sexualité ?* », « *Est-ce qu'il est facile de faire des rencontres en maison de repos ?* ». Ces différentes questions reçoivent la même réponse : le silence...

Pourquoi ce silence cette fois alors qu'à chaque animation/sensibilisation sur ce sujet, le public présent (seniors) est plutôt volubile? L'explication est-elle à chercher dans le profil du public (seniors à domicile/seniors en institution) ? Bien que nous n'ayons pas de point de comparaison, nous pouvons toutefois tenter d'interpréter ce silence de différentes manières.

Les aînés en maisons de repos n'ont plus de sexualité ?

Une première hypothèse qui expliquerait ce silence est que les aînés en maison de repos n'aient plus de sexualité ou d'envie de sexualité. Comme ce monsieur de 82 ans qui nous dit : « *Moi, je prends mon cas, maintenant je n'ai plus du tout envie. C'est fini pour moi, terminé* ».

Quand nous lui demandons pourquoi, il nous répond « *L'âge. J'ai 82 ans !* ».

La sexualité n'a pas d'âge limite mais bien des limites dues à l'âge ?

Lors des différentes interventions que nous avons pu réaliser sur le terrain, nous avons rencontré des seniors qui nous avouaient avec malice avoir encore une vie sexuelle. Il est toutefois important de mentionner que ces personnes vivaient toujours à domicile, étaient âgées entre 60 et 70 ans et avaient l'air en très bonne forme physique.

Les résidents rencontrés lors de cette animation étaient plus âgés. En effet, en maison de repos, l'âge moyen des personnes est de 84 ans² et faut-il le rappeler, la plupart de ces aînés y entrent car ils deviennent « trop » dépendants pour pouvoir rester à leur domicile.

Bien que la sexualité n'ait pas d'âge limite, se pourrait-il tout de même que l'âge et les problèmes de santé qui en découlent soient des limites à la sexualité ?

Une autre différence avec les seniors rencontrés précédemment est justement le fait que ceux-ci résident en institution. Même si la maison de repos où se déroule l'animation tient plus d'un hôtel 4 étoiles que d'une maison de repos telle que l'on peut l'imaginer (Et tant mieux !), les horaires, la collectivité, l'aménagement même de la résidence peut être un frein à l'expression de la vie affective et sexuelle.

L'âge et par là, le lieu de vie pourraient appuyer notre première tentative d'explication du silence des résidents : les seniors en maisons de repos n'ont plus de sexualité.

Bien que cette tentative d'explication soit tout à fait plausible, elle entre en totale contradiction avec, d'une part, différentes études et témoignages d'aînés qui maintiennent une vie affective et sexuelle en maison de repos et, d'autre part, avec les témoignages des professionnels des maisons de repos qui expliquent s'être déjà retrouvés dans des situations pour le moins gênantes (d'où la création de notre brochure *Intimité et sexualité des seniors en maison de repos*) !

Les aînés ne veulent pas en parler ?

Une autre explication de ce silence est que les résidents ne veulent tout simplement pas en parler. La raison est simple, c'est leur vie privée.

Cependant, une phrase dite par une résidente nous interpelle « *C'est la peur du jugement !* ». De quel jugement ? Le mien ? Pourquoi parleraient-ils de leur vie intime avec une personne qu'ils ne connaissent pas ? Qu'ils découvrent pour la première fois ?

Le jugement des autres résidents ? Bien qu'ils en parlent en groupe de paroles, la présence des autres résidents peut, également, être un frein à la discussion. À la question « *Est-ce que vous en parlez entre vous ?* », la réponse est on ne peut plus claire « *non, on en parle pas !* ».

Une dame parle également du jugement de la part du personnel « *Parce que c'est très mal vu, très mal ressenti que ce soit par le personnel ou...* », un monsieur rajoute « *Par la famille*

²https://www.google.be/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=4&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiul47chOzQAhViBcAKHWNEcf4QFghMMAM&url=http%3A%2F%2Fwww.solidaris-liege.be%2Fservlet%2FRepository%2Fsynthese-solidaris-couts-en-maisons-de-repos-mars-2016.pdf%3FID%3D48043%26saveFile%3Dtrue&usg=AFQjCNHcJrr7EXGGYO8L4IiktV535iw_A&bvm=bv.141320020,d.d2s

aussi... » et madame de continuer « En maison de repos, c'est mal vu [...] C'est critiqué [...] On évite quoi ! ».

Ces différentes interventions démontrent bien l'importance du regard de l'autre. L'intimité et la sexualité n'est pas quelque chose dont on parle, que ce soit entre résidents ou avec le personnel.

La peur du « qu'en dira-t-on » est omniprésente même pour les gestes les plus anodins. À ce sujet un monsieur déclare « *C'est-à-dire que si par hasard, un membre du personnel commence à crier qu'on l'agresse... il ne faut pas prendre de risque. [...] Des gestes anodins qui peuvent être mal compris si la personne se sent agressée.* ».

Une dame évoquera la question de « génération » et du tabou lié à cette génération : « *C'est un sujet dont on ne parle pas !* ». Et pourtant, nous avons rencontrés des tas de personnes de la même génération qui n'avaient aucun problème à parler de sexualité, de leur sexualité. Effectivement le tabou de la sexualité pourrait être lié à la génération mais se pourrait-il qu'il soit également lié au profil socio-économique des personnes ? Se pourrait-il que les langues soient plus déliées dans les milieux moins favorisés ?

4. Conclusion

Même si cette première animation auprès des résidents ne s'est pas déroulée telle que je l'avais espéré, elle m'a toutefois permis de me poser différentes questions.

Pourquoi ce silence ? Est-ce que les personnes âgées en maison de repos n'ont plus de sexualité ? L'âge et ses limites, la maison de repos... empêcheraient l'expression de leur sexualité ? Mais alors, quid des nombreux articles, études, reportages et témoignages sur le sujet ? Comment expliquer la demande grandissante d'intervention auprès d'équipes soignantes de maison de repos qui se sentent déstabilisées lors de certaines situations ? Quid encore de la demande de la psychologue et des dires du groupe de parole sur le « *tabou et le désert d'information qui règnent autour de la thématique de la sexualité des seniors* ».

Le silence serait-il un moyen de me/nous (la psychologue et moi-même) faire comprendre qu'ils n'ont pas envie d'en parler ? Pas envie parce que c'est leur vie privée ou par peur du jugement ? Ou à cause du tabou ? Mais, s'ils n'ont pas envie, pourquoi sont-ils présents ?

Ces différentes interrogations m'amènent à me questionner sur la demande. Est-ce réellement une demande de la part des résidents ? À la fin de l'animation, nous demandons aux résidents s'ils ont apprécié l'animation. La réponse est oui mais une dame rajoute « *Oui, mais on en a assez !* ».

Cette dernière intervention m'interpelle. Assez de parler de sexualité ? Est-il possible qu'à trop vouloir en parler pour briser les tabous et ouvrir la parole, on produise l'effet inverse ? Que les seniors résidant en maison de repos ou ailleurs n'ont pas besoin de savoir ce qu'ils savent déjà ou n'ont pas besoin de parler d'une sexualité qu'ils n'ont plus ?

Est-ce que parler de la sexualité des aînés sous couvert de briser les tabous, ne serait pas une manière de nous rassurer nous-même, futurs seniors ? Dans une société où les images de la vieillesse sont le plus souvent connotées négativement et où du coup, nous avons

peur de vieillir, penser que les aînés conservent une sexualité permettrait de voir le grand âge de manière plus positive et non plus que comme le moment de toutes les pertes.

Nous n'aurons pas la réponse finale à ces interrogations mais celles-ci m'incitent plus que jamais à garder à l'esprit que chaque personne est différente. Lors des sensibilisations pour les professionnels des maisons de repos, le premier conseil que l'on donne est de prendre conscience de ses propres croyances et représentations et de prendre du recul par rapport à celles-ci car parfois la réalité peut tout remettre en question.

Ce conseil doit également être mis en pratique lors de nos animations/sensibilisations. Bien que les personnes rencontrées précédemment témoignent d'une vie affective et sexuelle au grand âge, il ne faut pas omettre que ce n'est certainement pas le cas de tous pour des raisons diverses et variées.

Dans un passé pas si lointain (pourrait-on même dire très proche), la « norme » voulait que les personnes âgées n'aient plus de sexualité sous peine d'être considérées comme perverses. À présent que la sexualité des aînés s'affichent de plus en plus et est revendiquée, il ne faudrait pas renverser cette « tendance » et faire de ceux qui n'ont plus de sexualité, par choix ou par « obligation », des hors normes ! L'idée n'est pas de déconstruire des stéréotypes pour en reconstruire de nouveaux !

Nous pouvons conclure par les mots, on ne peut plus justes, d'un résident qui, à la question « *Y'a-t-il un âge limite pour la sexualité ?* » répond : « *Chacun est un cas particulier [...] On ne peut pas en discuter.* »

Qui sommes-nous ?

Espace Seniors est une association d'éducation permanente faisant partie du réseau Solidaris, active sur l'ensemble du territoire de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

Contribuer au développement d'une citoyenneté active des seniors, promouvoir leur participation active et leur intégration sociale, favoriser leur bien-être, leur santé et leur épanouissement sont quelques-uns de nos objectifs.

Pour cela, nous organisons des actions de proximité (groupe de soutien, formations...) et des actions d'information, de sensibilisation et de prévention (campagnes, conférences, brochures...).

Retrouvez toutes nos analyses sur www.espace-seniors.be !