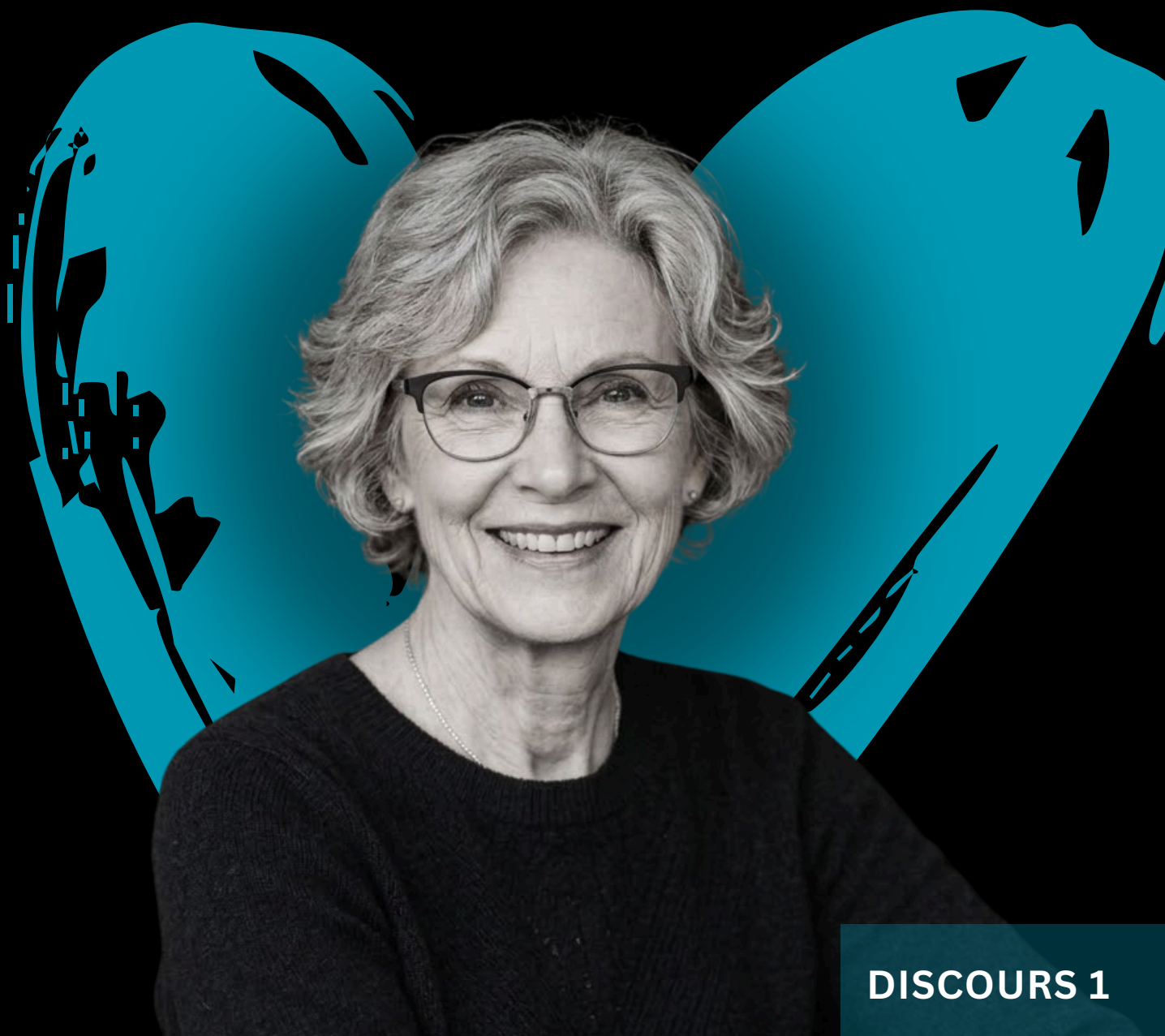


PAROLES DE PARENTS

CONCILIATION ENTRE LE RÔLE DE PROCHE
AIDANT ET LE RÔLE DE PERSONNE AMOUREUSE

AXE 5



DISCOURS 1



Paroles de parents lors de situations de conciliation

Les parents d'enfants non autonomes endossent simultanément plusieurs rôles : parent, aidant, travailleur, partenaire, individu.

Lorsque ces rôles s'entremêlent sans frontières claires, un déséquilibre peut s'installer, générant ambivalence, culpabilité, colère, sentiment d'injustice et épuisement.

Cette fiche propose une analyse en six axes pour mieux saisir les dynamiques de conciliation vécues par les parents aidants. Elle est destinée exclusivement aux intervenants, afin d'éviter que les parents ne se sentent jugés ou discriminés.

Les analyses sont conçues pour sensibiliser les intervenants aux tensions vécues par les parents aidants, afin de mieux repérer les signes de déséquilibre dans leurs discours et d'adapter l'accompagnement proposé.



« donc nous, dans ce temps-là on en profite, on fait des choses que lui n'aime pas ou qu'on ne fait pas avec lui. [...] mettons qu'on veut aller voir un spectacle que lui n'aime pas ou on veut aller au cinéma [...], donc on en profite cette fin de semaine-là. Ça, on n'avait jamais eu ça une fin de semaine régulier pour nous, ça on n'avait jamais eu ça. Il y avait des occasions, mais ce n'était pas à toutes les fins de semaine. C'est sûr que quand sa sœur restait ici, elle était plus souvent là, mais en même on ne voulait pas non plus toujours lui imposer, mais la semaine, mettons qu'on avait des cours, c'était plus facile, mais là, tu vois, on organise nos horaires autrement, puis ça va bien. On dirait que tout s'est bien placé. »

(Participante)

Analyse et enjeux de conciliation

Cet extrait illustre une conciliation réussie entre le rôle de proche aidant et la vie conjugale, rendue possible grâce à l'accès régulier au répit. La mère explique que le couple retrouve, grâce au répit, un espace pour se reconnecter en tant que partenaires, à travers des activités qu'ils ne peuvent pas faire avec leur enfant, ce qui est essentiel pour la santé relationnelle.

Elle ajoute que la régularité des moments de répit est importante pour leur bien-être. Le répit permet de maintenir l'équilibre familial et conjugal à long terme. De plus, elle souligne l'implication de la fratrie dans le soutien, ce qui suggère que le rôle d'autres membres de la famille est important, tout en respectant les limites de leur implication.

Cette conciliation semble plus harmonieuse aujourd'hui qu'auparavant, ce qui montre une capacité d'adaptation et une résilience familiale. La retraite et la flexibilité des horaires facilitent cette organisation, montrant que la gestion du temps est un facteur clé dans l'équilibre des rôles. Cela indique aussi que la conciliation est plus fluide lorsque le temps est maîtrisé (ex. : retraite, horaires flexibles). Cette conciliation, bien que fragile, semble s'être stabilisée avec le temps, grâce à une meilleure planification et à l'acceptation des besoins de chacun.

Voici quelques pistes pour l'intervention



Aider le parent à recourir à des services de répit afin de maintenir l'équilibre du couple.



Accompagner le parent dans sa planification du temps post-retraite afin de le soutenir dans sa planification d'activités personnelles, sociales et conjugales.



Encourager le parent à diversifier les soutiens familiaux en partageant certaines responsabilités avec d'autres membres de la famille, sans les surcharger, et pour permettre de réduire la pression sur le couple et les ressources de répit. La diversification assure au couple de trouver une ressource lorsqu'ils ressentent le besoin de se retrouver.



Valoriser l'investissement des parents aidants dans leur rôle conjugal afin de reconnaître son importance, de renforcer les liens affectifs conjugaux entre eux, d'augmenter le soutien mutuel et de préserver un équilibre favorisant ainsi une meilleure résilience de chacun d'eux.