

Nouvelles pratiques sociales



Jean-Luc Héту, *Psychologie du vieillissement*, Montréal, Éditions du Méridien, 1992, 317 p.

Maurice Miron

Volume 6, numéro 2, automne 1993

Jeunes et enjeux sociaux

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/301243ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/301243ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Les Presses de l'Université du Québec à Montréal

ISSN

0843-4468 (imprimé)

1703-9312 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer ce compte rendu

Miron, M. (1993). Compte rendu de [Jean-Luc Héту, *Psychologie du vieillissement*, Montréal, Éditions du Méridien, 1992, 317 p.] *Nouvelles pratiques sociales*, 6(2), 240–241. <https://doi.org/10.7202/301243ar>

Psychologie du vieillissement

Jean-Luc HÉTU

Montréal, Éditions du Méridien

1992, 317 p.

Ce livre est bien pensé et se lit facilement. Partant de réflexions préliminaires, l'auteur s'attarde tout d'abord aux grandes théories du désengagement, de l'activité, de la continuité et aux théories développementales ; en outre, il se penche sur le traité d'Erickson, sur l'impact du développement et ses cinq stades, pour ensuite traiter du concept du soi et de l'estime de soi, ainsi que sur l'évolution des processus cognitifs. Il termine avec une bibliographie comprenant pas moins de 323 titres, donc bien documentée et qui, à elle seule, vaut l'approbation de cette œuvre.

Pour ce qui est de son utilité, je dois me rendre à l'évidence qu'il s'agit d'abord d'une approche théorique qui laisse assez peu de marge à l'application pratique. On y trouve certains points de vue qui présentent des notions connues sous d'autres angles comme celles de l'impuissance apprise qui peut porter certains vieillards à acheter la paix. Certains points de repère pour faciliter l'autonomie psychologique des sujets en perte d'autonomie physique valent la peine d'être soulignés également : promouvoir les choix personnels, rendre l'environnement prévisible, éliminer les stéréotypes de nature à provoquer de l'impuissance, aider les sujets à prendre la responsabilité de leur vie, autant de conseils sur la façon de mieux vivre sa vieillesse. L'auteur procède à une synthèse de l'approche humaniste et de l'approche biologique en ces termes : « La vieillesse est la période de la vie qui est marquée par le déclin plus ou moins précoce et plus ou moins brusque de la vigueur et de la santé psychiques, lequel déclin met le sujet au défi de mobiliser ses ressources pour assurer le maintien de la satisfaction de ses besoins physiques et affectifs ainsi que de son besoin de sens » (p. 21). Quelles excellentes assises pour un cours de gérontologie appliquée !

Je vous fais grâce de nos commentaires sur les grandes théories, car c'est là du déjà vu qu'on nous ramène périodiquement en milieu universitaire. J'ai encore à voir la preuve qu'elles ont pu, tant soit peu, être d'une quelconque utilité pour les intervenants et encore plus pour les aînés. En tant que travailleur social, je n'oserais porter de jugements sur l'apport psychologique, mais j'ai bien aimé la façon dont l'auteur a su développer les composantes psychologiques de la satisfaction, c'est-à-dire enthousiasme versus apathie, la sérénité face à l'ensemble de sa vie, le sentiment d'avoir atteint ses objectifs, et une image positive de soi. Voilà un pas d'avance sur la théorie de Maslow qu'on nous a servie à toutes les sauces en gérontologie.

Au chapitre des réseaux de soutien, l'auteur traite de trois formes majeures de support empruntées à Krause et Mackides, soit l'information, l'assistance matérielle et le soutien affectif. Voilà bien l'essentiel d'un programme d'aide à domicile bien raisonné. En page 70, l'auteur nous présente une exploration du réseau de soutien sous forme de grille d'évaluation portant sur la valorisation, l'affection et l'amour, l'encouragement et le réconfort, la stimulation, la clarification, l'aide matérielle et le bien-être physique avec des pondérations de valeur (important, moins important et peu important). Cet outil pourrait s'avérer très intéressant pour la personne aînée qui veut prendre la mesure de tous ces gens qui veulent s'occuper d'elle.

Une remarque de feu Simone Monet-Chartrand citée au début du chapitre 5 est un petit bijou. Elle confiait à 72 ans : « Ce qui m'étonne, c'est de constater qu'on ne s'améliore pas en vieillissant. On n'est pas plus sage. J'avais espéré, pourtant » (p. 75).

Au chapitre 11, qui traite des tâches développementales à la vieillesse, nous retrouvons des enjeux qu'il vaut la peine de répéter : 1) prendre conscience de son vieillissement et en accepter le fait ; 2) développer la flexibilité plutôt que la rigidité mentale ; 3) s'ajuster au déclin de son énergie et redéfinir son espace physique en conséquence ; 4) apprendre à dépasser les malaises physiques et leurs effets ; 5) s'ajuster aux pertes de relation et redéfinir son espace social en conséquence ; 6) réajuster d'une façon compatible avec le maintien de l'estime de soi ; 7) négocier des relations satisfaisantes de part et d'autre avec ses enfants et ses petits-enfants ; 8) repenser le sens de sa vie dans des perspectives plus larges ; 9) apprendre à vivre la dépendance physique. Quel magnifique plan d'action pour vouloir continuer de vivre !

Enfin, ce qui m'a plu le plus à la lecture de ce livre, ce sont les commentaires au chapitre 17 sur les relations parents âgés-enfants adultes. La juxtaposition des points de tensions pour les enfants et du point de vue du parent âgé parle d'elle-même sur le besoin de renégocier ses relations, plus particulièrement chez les parents très âgés. L'auteur conclut avec une liste de conseils sur les visites à un parent très âgé qui est inspiré de Kenny et qui sert des rappels très astucieux.

Je n'hésite pas à recommander ce livre aux intervenants sociaux, puisqu'il transmet des concepts de base avec une certaine fraîcheur.

*Maurice MIRON
MSS, Hull*