

Consulter un psy sur son propre divan, l'idée genevoise pour aider les aînés

SARA SAHLI

Un bureau, un tapis d'Orient, sans oublier le fameux divan du psychanalyste. Le cabinet genevois ne diffère pas d'autres lieux où l'on soigne habituellement les blessures de l'âme. Sa particularité se situe en dehors de ses murs. Jean-Christophe Bétrisey et Isabelle Uny, psychothérapeutes FSP continuent d'y recevoir des patients, mais depuis quelques mois, ils n'y exercent plus la totalité de leur pratique. «Nous avons commencé à faire de la psychothérapie de terrain», décrit le praticien. Sous la bannière d'Écoutadom, une structure lancée en automne 2015, les associés se rendent au domicile de leurs patients du troisième âge.

«Les seniors traversent de nombreuses crises à ce moment de la vie, ils sont confrontés à l'isolement, aux deuils, aux problèmes de santé, aux idées suicidaires. Ils ressentent aussi le besoin de partir en paix avec leurs proches lorsqu'ils sont dans des situations familiales conflictuelles... Ils ont très souvent besoin d'un soutien, qu'on les aide à se trouver une place dans la société», constatent les deux psychothérapeutes FSP. Installés depuis des années dans la cité de Calvin, l'idée mûrissait depuis quelques années déjà dans l'esprit des deux psychanalystes. «Cela faisait longtemps qu'on voulait offrir quelque chose d'adapté aux besoins de cet âge».

Manque de mobilité

Si le sentiment de perte lié au manque de mobilité est un motif courant de consultation, celui-ci empêche souvent les aînés de consulter... «Nous essayons de prévenir en insufflant un mouvement dans leur vie. Mais le premier pas est très difficile. Se déplacer pour consulter un psychologue et commencer une psychothérapie constitue un obstacle», explique Isabelle Uny.



Le divan du psy peut aussi être celui de son salon. La psychothérapie à domicile pour les seniors est proposée à Genève. KEYSTONE

«L'offre de soins à domicile s'est élargie ces dernières années mais il reste encore beaucoup à faire du côté du suivi psychothérapeutique.»

ISABELLE UNY
PSYCHOTHÉRAPEUTE FSP ET CO-FONDATRICE D'ECOUTADOM

Malheureusement, trop souvent la prise en charge intervient lors de crises. «Les patients se font interner en institution psychiatrique mais ont rarement accès à un suivi avant d'en arriver là. Ce qui manque actuellement, c'est un aspect préventif», ajoute Jean-Christophe Bétrisey.

Le spécialiste en psychothéra-

pie exerce en moyenne cinq fois par jour en dehors du cabinet. «Une expérience différente», décrit-il.

Intimité

Car ouvrir sa porte, c'est aussi dévoiler son intimité, relèvent les fondateurs d'Écoutadom. «L'environnement informe aussi

sur la personne. Il y a les photos exposées dans le salon, la décoration. Nos patients en ont bien sûr conscience et sont parfois plus réticents à l'idée de recevoir un psychologue dans leur salon. Mais la confiance s'installe rapidement et ces visites deviennent rapidement une routine», raconte Jean-Christophe Bétrisey.

«Nous ne sommes pas là pour juger ou faire un rapport sur l'état de salubrité du lieu. Nous sommes là pour accompagner, en discuter si nécessaire. Nous sommes dans un rapport de confiance. On est dans l'intimité de la personne, oui, mais sans être intrusif», précise sa collègue.

Dernier lieu de vie

Le rapport à son chez soi est d'autant plus important que l'âge avance. Pour beaucoup d'aînés, l'attachement est marqué,

«parce qu'il s'agit pour eux de leur dernier lieu de vie. Le quitter pour une hospitalisation représente une angoisse. La peur de ne pas revenir est très présente. Beaucoup redoutent de se retrouver en EMS», raconte Isabelle Uny, qui a eu l'occasion de pratiquer dans ces institutions.

Séjourner le plus longtemps possible à son domicile représente un souhait de la part des seniors, mais il s'agit aussi d'un enjeu de santé publique, notent les fondateurs d'Écoutadom. Ils espèrent que le modèle de leur structure fera des émules ailleurs en Suisse romande. «L'offre de soins à domicile s'est considérablement élargie ces dernières années. Mais il y a encore beaucoup à faire du côté du suivi psychothérapeutique.»

Informations: www.ecoutadom.ch