

UN PSY SOIGNE LE BLUES DES AÎNÉS

NOVATEUR Toujours plus de retraités souffrent de dépression et d'alcoolisme. Un thérapeute lance un nouveau concept, à Genève, pour prendre le mal à la racine.

Jean-Christophe Betrisey pratique à Genève un nouveau concept de thérapie à domicile destiné aux personnes âgées.

Dépression, abus d'alcool, suicide... Une réalité, bien cachée, qui frappe de plus en plus d'âinés. Avec souvent, en ligne de mire, la solitude. Inéluctable? Pas pour Jean-Christophe Betrisey, en tout cas. Psychologue-psychothérapeute, il vient de lancer, à Genève, un nouveau concept de thérapie à domicile pour personnes du 3e ou 4e âge.

Baptisée «Ecoutadom», cette démarche fait écho au vieillissement de la population. En 2030, un quart des Suisses seront âgés de 65 et plus contre 18% en 2015. «Les gens restent à la maison jusqu'à un âge très avancé, relève le thérapeute. Et quand ils rencontrent des problèmes d'ordre psychologique, il n'y a généralement pas d'aide adéquate... Jusqu'à l'arrivée d'une grosse casse nécessitant une hospitalisation.»

D'où l'idée de se rendre au chevet des retraités en mal de vivre. Mais est-ce vraiment d'un psy dont on a besoin, quand on est

« Je veux apporter une aide psychologique, mais aussi des solutions concrètes »

Jean-Christophe Betrisey, psychologue-psychothérapeute

rongé par l'isolement? «Aujourd'hui, la famille n'a plus le temps de s'occuper de ses aînés, que ce soit en raison d'un éloignement géographique ou d'horaires trop chargés. Alors, bien sûr, je ne peux pas résoudre ça, en revanche, je peux travailler avec le patient sur les conséquences qui en résultent: dépression ou dépendance à différentes substances – alcool, médicaments ou même cannabis – et apporter des solutions concrètes.»

Pas de longues thérapies

Pour Jean-Christophe Betrisey, pas question d'allonger les aînés sur un divan, même s'il s'agit de leur, au salon. «Il faut vivre avec son temps. Aujourd'hui, on veut des réponses pratiques et non pas

passer quinze ans en thérapie, afin de comprendre pourquoi on se sent seul et non pas en harmonie avec soi-même.»

Alors, certes, de nombreuses questions existentielles sont abordées durant les séances. «Cela va de la mort aux difficultés relationnelles avec les enfants, en passant par la crainte de devoir quitter son appartement. J'ai un patient de 92 ans très angoissé à l'idée de sa propre fin... Aujourd'hui, l'aspect dépressif a beaucoup diminué, même s'il reste encore mélancolique:» Mais à côté des douleurs de l'âme, ce psy atypique cherche à améliorer, très pragmatiquement, le quotidien de ses patients, en s'inquiétant de ce qu'ils mangent ou les dirigeant vers des adresses

où ils pourront rencontrer d'autres personnes. «J'essaie de remettre du mouvement dans leur vie», souligne encore Jean-Christophe Betrisey.

Bref! Quand on sait qu'entre 10 et 45% des aînés souffrent de dépression et que plus 300 personnes de plus de 65 ans se suicident par an, gageons que les psys à domicile pour aînés sont appelés à se développer. D'ailleurs, des médecins y dirigent déjà certains patients. Et Pro Senectute voit le concept d'un bon œil. «Nous saluons toutes les offres permettant de diagnostiquer et de traiter les troubles psychiques chez les personnes âgées», confie Judith Bucher, responsable média. Reste encore à convaincre une génération qui n'a pas l'habitude de consulter pour des problèmes de mal-être, et qui a coutume de dire que «les psys c'est pour les fous».

● PASCALIE BIERI

pascalie.bieri@lematin.ch