

FAAG

Fondation pour la Formation des Aînées et des Aînés de Genève



Les JEUDIS de la FAAG

7 et 21 novembre 2019

Même en avançant en âge: Qu'on est bien dans ces bras là !



Séance No 2 – 21 novembre 2019

L'amour à tout âge : Sentiment, amour, tendresse ...

Un moment tout en douceur

Amaelle Gavin

Psychologue, sexologue et doctorante

Université de Lausanne, Centre de recherche en psychologie de la santé, du vieillissement et du sport
amaelle.gavin@unil.ch

suivi de retours d'expériences de la part des participant-e-s dans la salle

Prélude

Projet « Coup de foudre en EMS » de Nathalie Tille, art-thérapeute et animatrice socio-culturelle dans le canton de Genève

télécharger pour voir l'extrait de la vidéo:
<https://www.dailymotion.com/video/xiy13b>

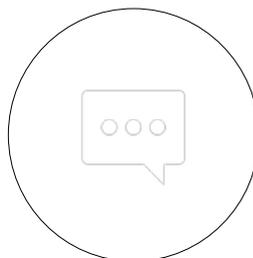
2

Introduction

Mon parcours... D'où je pars pour parler ?

Quelques précisions

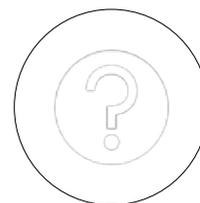
- ❖ Grande hétérogénéité
- ❖ Pas de normes
- ❖ Relations en général



3

Introduction

Qu'est-ce que signifie « avoir une vie intime, affective et / ou sexuelle lorsque l'on est âgé » en Suisse en 2019 ?



Perceptions et évolutions dans la société occidentale - *vieillesse et sexualité*

Évolutions et vécus de l'affectivité et de la sexualité chez les seniors

4

1

Perceptions & évolutions

5

Perceptions & évolutions

Être âgé,
vieillir et
vieillesse

Être âgé : défini selon l'âge de la retraite

Processus naturel complexe, lent et progressif

- ❖ Normale ou pathologique
- ❖ Santé comme facteur-clé du vécu de la vieillesse
- ❖ Évolutions médicales, hygiéniques, technologiques et sociétales

6

Perceptions & évolutions

Se sentir
« vieux »

Les vieux, c'est surtout les autres...
(Griner-Abraham, 2010; Hummel & Tettamanti, 2009; Ribes, 2014)

- ❖ Le « vrai vieux » est celui qui est plus malade, plus handicapé, ou plus désorienté que soi
- ❖ Influences sur la corporéité, l'image de soi et de son corps, mais aussi sur le regard perçu des autres
- ❖ La frontière de l'âge (en matière de sexualité) est toujours repoussée
(Laumann et al., 2005)

7

Perceptions & évolutions

Sexualité
et affectif
en 50 ans

- ❖ Mai 68 — libération des pratiques et des discours
- ❖ Pilule contraceptive et Viagra — sexualité récréative
- ❖ Dépathologisation des orientations sexuelles et identités de genre
- ❖ Améliorations médicales, hygiéniques, technologiques
- ❖ Diversification des parcours de vie — Séparations et divorces
- ❖ Âgisme et jeunisme (double stigma)
- ❖ Dans une société vieillissante

8

“

Olivier, 42 ans
Infirmier dans un EMS

Une blague là-dessus, c'est les « **MMS** » :
Quand on est jeune à 20 ans, c'est « **matin midi soir** ». Après c'est « **mardi mercredi, samedi** ».
Après, c'est « **mars mai septembre** » (rires)
Et après, à 80 ans, c'est « **mes meilleurs souvenirs** ». Voilà. Elle est pas mal celle-là. Une dame de plus de 80 ans qui me l'avait racontée.

”

9

Perceptions & évolutions

Des mythes tenaces

Une vision pas très réjouissante
(Bauer, et al., 2014; Gott & Hinchiff, 2003; Hillman, 2012)

- ❖ Fragiles, asexuels, sans intérêt, ni attirées, ni attirantes
- ❖ Des pertes inéluctables et normales

En EMS, l'expression est entourée de :

- ❖ Projections et réactions négatives ou infantilisantes, tabou (De Conto, 2013)
- ❖ Perceptions genrées
- ❖ Processus de « déssexualisation » ?

10

“

Anaïs, 23 ans
Animatrice en EMS

Des groupes de résidents qui commençaient à, à justement... **insulter l'homme**, en disant justement que c'était **un gros dégueulasse**, qu'est-ce **qu'il lui faisait à cette dame** et pis à elle aussi, c'est- les autres résidents injuriaient la dame en disant que... voilà, elle, **elle avait eu plein d'hommes** dans sa vie, **donc c'était pas étonnant** que maintenant, elle ait encore quelque chose **avec un autre résident**

”

11

“

Véronique, 58 ans
Infirmière adjointe dans un EMS

C'est vrai qu'il y avait des **rapprochements**. Alors on n'a jamais été vérifier si.. si y'avait plus que rapprochement physique et autre... voilà, quand **ils fermaient la porte**, y'en a, une fois, bah on n'a pas été voir, on n'a pas été contrôlé, on s'est pas mis derrière la porte pour écouter si y'avait des bruits et tout, quoi. C'est... **mais après ça a pas été plus loin** et puis... je crois, je sais pas ce qu'il s'est passé, et après c'est pas de mon ressort, ils étaient les deux et pis voilà, **c'est pas ça**.

”

12



© Jane Fonda et Lily Tomlin dans « Grace et Frankie », série Netflix, 2015

Perceptions & évolutions

Des mythes tenaces mais...

Ambivalence voire contradiction

- ❖ En parallèle, stéréotypes de la « cougar » ou des « sexy seniors » (Marshall, 2015)
- ❖ Mythes vs vécu et diffusion dans les médias
- ❖ Ouverture des mentalités et des réactions
- ❖ Évolutions entre le 3^e et le 4^e âge
- ❖ Au risque même d'une injonction liée au « bien- vieillir »

Pourquoi une image aussi tenace ?

Perceptions & évolutions

Des idées pas toutes jeunes

Rôle de l'Église

- ❖ Couple marié et sexualité reproductive
- ❖ Tradition judéo-chrétienne

Discours de la médecine, teinté de morale

- ❖ Debay, « Hygiène et Physiologie du Mariage » en 1873
- ❖ Deux extraits de la « décadence génitale » des hommes et des femmes

« Et pour que tu ne l'ignore pas, sache que la folie érotique des vieillards se termine par la mort ! » (p.101)

2

Vécu affectif et sexuel

Vécu affectif et sexuel

Prendre soin de soi, avoir confiance en soi, être bien dans sa tête et dans son corps... pour être bien avec soi et avec les autres

- ❖ Persistance du besoin fondamental d'amour et de relations
- ❖ Possibilité de retrouver un partenaire, mais compliqué par différents facteurs
- ❖ Difficultés accrues lors d'un veuvage
- ❖ Estime de soi et regard de l'autre : s'apprécier pour avoir envie de soi et d'être avec l'autre
- ❖ Influence la disponibilité relationnelle (Colson, 2007; Ribes, Abras-Leyral, & Gaucher, 2007)
- ❖ Redéfinition de la relation à l'autre

17

En chiffres...

Activité sexuelle			
Age	Femmes	Hommes	Références
60-69	23 %	42 %	Laumann et al. 2005
70-79	24 %	26 %	
90 +		15 %	Mulligan & Katz, 1988
	35% se masturbent		Bortz & Wallace, 1999

Intérêt et importance pour la sexualité			
Age	Femmes	Hommes	Références
60-69	65 %	79 %	Laumann et al. 2005
70-79	37 %	64 %	
EMS	72 % minimum modérément		Gott & Hinchliff, 2003

Tendance générale à une baisse de la fréquence, mais pas de l'intérêt (Bouman et al., 2006)

Absence de partenaire disponible ou problèmes de santé comme causes fréquentes de l'inactivité (Ribes, 2014)

Présence encore importante de la masturbation

Conclusions parfois opposées entre les études, mais démontent les stéréotypes d'une sexualité inexistante ou pathologique

18

Vécu affectif et sexuel

L'intimité et l'activité sexuelle peuvent se maintenir avec l'âge, mais avec parfois des changements et des réadaptations

(Bauer et al., 2013; Bouman et al., 2006)

(Re)définition de la sexualité

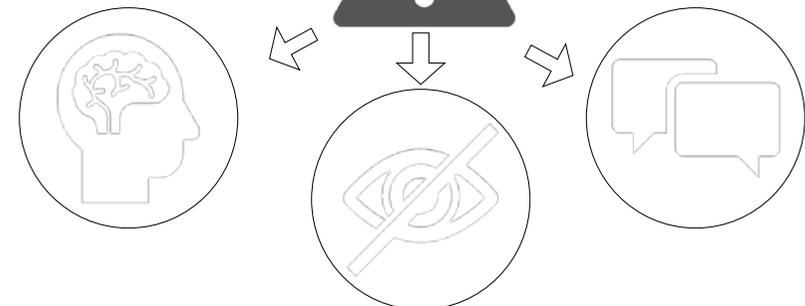
- ❖ Séduction, érotisme, désir, envie de plaire, séduire, flirter, masturbation, caresses, relations sexuelles, etc.
- ❖ Sexualité même si n'est pas avec pénétration

Modifications et aménagement physiologiques et psychologiques (Griner-Abraham, 2010; Simeone, 2004)

- ❖ Peut nécessiter plus de stimulation, plus de temps et de trouver équilibre
- ❖ Craintes de performance (H) et douleur (F)
- ❖ Manque de connaissances et difficulté à exprimer ses besoins

19

Des obstacles importants !



... les concepts intériorisés et la difficulté à aborder la sexualité

20

Intériorisation des mythes

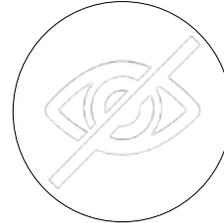


Appropriation pour soi des mythes, croyances et stéréotypes issus du contexte (Carpenter, 2010, p. 157)

- ❖ Ex. « Ce n'est plus de mon âge ».
- ❖ Ex. après la ménopause, les femmes qui ont intériorisé des croyances agéistes rapportent une baisse du désir sexuel (Kingsberg, 2000)
- ❖ Risques de prophéties auto-réalisatrices et normalisation
- ❖ Chez les personnes âgées elles-mêmes, mais aussi pour les professionnels de la santé

21

Ne pas voir la sexualité



Constat surtout en EMS

- ❖ Ne pas reconnaître la nature « sexuelle » d'une situation ou ne pas reconnaître l'autre comme un individu sexué
- ❖ « Les pratiques sexuelles, mais bon ça, j'en n'ai encore jamais vu pour être honnête (petit rire). Donc... après je sais que... j'ai déjà vu des choses, mais... » (Jonas)
- ❖ Dès lors, quelle place et quelle possibilité données à la sexualité de se penser et de se réaliser ?

22

**Gloria,
54 ans**

À propos de sa
mère, résidente en
EMS

“

Je vois pas très bien ce qu'il pourrait arriver. Qu'elle aille donner des **bisous à quelqu'un** peut-être, ouais. Je crois - elle essaie toujours qu'on fasse des **bises**, des bises donc **c'est la même chose**, c'est, un côté un peu plutôt maternel, paternel. Elle essaie d'être - **elle a envie d'être un peu maternée.**

”

23

**Damien
Bonnard,
acteur**

Émission Vertigo
du 8 novembre
2019 sur la radio
La 1^{ère}

“

À qui **on ne propose rien** et qui du coup **ne peut rien se proposer à soi-même** [...]

On ne nous proposait pas beaucoup d'ouverture sur la vie, **qu'on réduisait la vie** à quelques centimètres.

”

24

Difficultés à en parler



La sexualité parlons-en !

- ❖ Difficultés tant des patients que des professionnels à parler — renvoi de la balle
- ❖ On ne parle donc pas des soucis ou problèmes au sujet de la sexualité (en consultation)
- ❖ Les professionnels ne considèrent pas toujours l'impact d'une intervention ou de médicaments sur la sexualité
- ❖ Les problèmes ne sont ni entendus ni solutionnés et peuvent empirer

25

Conclusion

Ne pas « avoir une sexualité à tout prix en tout temps », mais penser et permettre la possibilité de la concrétiser si l'envie est là

L'intérêt pour l'affectif et la sexualité se maintient pour beaucoup (même lors de problèmes de santé)

Les évolutions physiologiques peuvent néanmoins demander des ajustements dans les pratiques

Importance de s'informer et de communiquer avec son partenaire et/ou son médecin selon les situations et les difficultés rencontrées

Distinguer :
- Ses propres désirs, envies, possibilités
- Les projections et perceptions de son partenaire
- Les messages intériorisés transmis implicitement ou explicitement par les autres et la société

Cinq questions aux participant-e-s

1. À notre âge peut-on encore être amoureuse / -eux ?
- 2a . Être amoureuse / -eux: qui parmi vous l'est ?
- 2b . En cas de réponse NON à 2a: à qui parmi vous ça manque ?
3. A qui ça manque de juste être pris-e dans les bras ?
4. A qui ça manque d'avoir des rapports intimes ?

27

Amour à tout âge, trouver l'âme sœur :

- Quels sont vos retours d'expériences ?
Comment faites-vous ? Comment avez-vous fait ?
- Quelles sont vos suggestions ?

....

....

...

- Propositions et questions récoltées lors de l'échange ou dans vos réponses aux questionnaire d'évaluation du dernier JEUDI de la FAAG:**
- Proposition d'une femme, 50-65 ans : ... faire un genre de **speed-dating**
 - Question d'une personne, 65-80 ans : **existe-t-il un cadre (sérieux) où rencontrer des personnes (H ou F) pour voyager ensemble ?**
 - Constat et question d'une femme: aux thés dansants de l'AVIVO il y a 400 femmes , 15 hommes → **à quels événements peut-on trouver aussi des hommes ?**

28