

La sexualité de nos aînés : persistance des tabous et croyances

I. Fojcik

Correspondance

I. Fojcik, à l'adresse ci-contre.
e-mail : clic@ch-lafere.fr

Coordinatrice Gérontologique, Membre de l'Espace Éthique de Picardie, CLIC, 1, avenue Dupuis,
02800 La Fere.

Paroles d'aînés : le désir subsiste...

« *Malgré la maladie d'Alzheimer de ma femme, on a besoin de dormir ensemble ; j'ai besoin de pouvoir l'embrasser la nuit...* ».

« *Mon mari est mort depuis 5 ans mais certaines nuits, je rêve de lui et je me sens si bien...* ».

« *J'ai fait quatre fausses couches mais vous êtes la première à qui j'ose en parler depuis 50 ans ; vous savez, à mon époque, on ne pouvait pas parler de ces choses-là, c'était tabou...* ».

« *Savez-vous comment un vieil homme comme moi pourrait trouver une femme ?* »

« *Le soir du réveillon de Noël, j'étais seule mais j'ai mis une de mes anciennes robes longues, des chaussures dorées et je me suis sentie belle...* »

Autant de petites phrases anodines, banales... mais néanmoins de tendresse, d'amour, mais aussi de sexe.

Or, parler de la sexualité de nos aînés, en dehors d'un cadre strictement médical, reste chargé de tabous, de croyances multiples...

Pourtant la sexualité est inhérente à la vie humaine : les humains sont des êtres sexués jusqu'à la fin de leur existence.

L'activité sexuelle fait donc partie de l'activité humaine, tout simplement.

Cette activité peut certes s'exprimer de différentes façons mais il est indéniable qu'elle s'exprime presque toujours. Le fait d'être âgé ou handicapé n'éteint pas forcément ce besoin.

L'arrivée du Viagra® sur le marché a certes permis aux « seniors » de pouvoir parler de ce sujet si délicat qu'est la sexualité mais ici sur son seul aspect mécanique et/ou médical.

Or aborder la sexualité de nos aînés ne se limite pas (fort heureusement !) à des questions physiologiques : comment, où, avec qui pouvoir parler d'amour, de tendresse lorsqu'on vit seul, isolé ?...

N'oublions pas que 30 % des personnes âgées de plus de 85 ans vivent seules...

N'oublions pas également que la série télévisée préférée des vieilles dames est « Les feux de l'amour ! » (cette constatation ayant été faite lors des visites à domicile de différents professionnels).

Dans la pratique, pour peu que l'on soit à l'écoute des personnes âgées, on s'aperçoit très vite que leur sujet favori reste leurs amours passées, qui sont d'ailleurs souvent plus nombreuses qu'on ne le pense ; quels que soient leur âge, leur lieu de vie, toutes souhaitent maintenir une vie affective et sexuelle.

Ce désir, à la différence des personnes jeunes et en bonne santé, va cependant ici être difficile à assouvir : la maladie, le handicap, l'isolement, l'institutionnalisation en compliquent la réalisation.

Mais surtout lorsque la personne devient dépendante, elle devient également tributaire des autres (des soignants notamment) et surtout du regard des autres.

C'est pourquoi, afin de poursuivre notre réflexion, il est nécessaire de nous attarder sur le discours des soignants, à propos de la sexualité des personnes âgées.

Paroles de soignants : que faire de ce désir ?

Dans notre pratique professionnelle, parler de la sexualité de nos aînés n'est pas aussi simple : cette confrontation nous renvoie à notre propre sexualité, à celle de nos parents, voire même aux références culturelles véhiculées par notre milieu social.

Et pourtant reconnaître les désirs de la personne âgée, c'est la laisser les exprimer librement, c'est mettre la personne âgée au cœur du soin, et c'est bien sûr donner du sens aux soins que l'on va lui prodiguer.

Accepter la vie sexuelle d'une personne âgée est loin d'être anodin et est fortement lié aux propres valeurs, à la morale personnelle de chacun, mais aussi aux croyances collectives.

Écoutons à ce sujet Françoise, aide à domicile, rencontrée dans le cadre d'une formation d'auxiliaire de vie sociale :

« *La sexualité de la femme âgée ? C'est simple : à 60 ans tout se referme ! Pourquoi donc en parler ?* »

Les croyances (ici dans une région rurale du nord de l'Aisne) sont donc encore très fortes et peuvent être à l'origine de bien des incompréhensions.

Lorsqu'elles sont liées au contexte socio-culturel, elles ont de plus une valeur toute particulière. C'est ce qui est observé dans le cas de Nicole, aide à domicile d'origine Centre-Africaine, confrontée à la sexualité d'une vieille dame, alors que pour elle, dans son pays, « *une femme n'a plus de relations sexuelles lorsque sa fille aînée accouche de son 1^{er} enfant* ».

Après le choc des cultures, ces soignantes peuvent également être « victimes » du choc des générations comme Virginie, jeune stagiaire débutante, qui a surpris, par inadvertance, une dame âgée pratiquant une fellation à son conjoint et sa difficulté, dans cette situation, fut de comprendre que jeunes et vieux pouvaient avoir les mêmes pratiques sexuelles.

De la même façon, lorsqu'elles sont confrontées à la sexualité de personnes déficientes mentales, ces jeunes soignantes

peuvent être déroutées : Amélie, une étudiante en soins infirmiers de 19 ans ne comprenait pas, par exemple, comment une personne âgée souffrant de démence sénile pouvait avoir des relations sexuelles et elle se posait les mêmes questions face à des jeunes handicapés mentaux. Pour cette jeune femme, on ne pouvait pas avoir de telles relations si on ne disposait pas d'une intelligence suffisante : intelligence/déficit cognitif, sentiments/désir, déficience/désir... autant de concepts, clairs en théorie mais ici complètement remis en cause.

La confrontation au désir sexuel de la personne âgée nous renvoie donc à notre propre perception de la sexualité, mais on ne peut faire l'impasse sur la dimension institutionnelle qu'elle peut avoir.

En effet, c'est en institution que les problèmes se posent de façon cruciale et où l'embargo sexuel est le plus fort.

Aujourd'hui, encore de nombreuses directions de maisons de retraite ne tolèrent pas les relations sexuelles entre leurs résidents : ici les différentes dimensions de la sexualité s'entrechoquent : sociale (comment va-t-on réagir face aux reproches éventuels des enfants qui peuvent craindre pour leur héritage ?), morale (la sexualité est réservée aux jeunes), médicales (n'y a-t-il pas de risques lorsqu'on est âgé ?), religieuse (la sexualité est ici dissociée de la procréation...).

Il faut bien avouer que le discours commun sur la sexualité de nos aînés nous interpelle. En effet, comme le précise Jérôme Pelissier [1], nous sommes encore loin de reconnaître cette spécificité. La vision oscille entre refoulement brut (les vieux n'ont pas de sexualité, et ne doivent pas en avoir), refoulement nuancé (les vieux ont dépassé la sexualité, ils vivent un amour tendre et serein, plein de tendresse et de câlins, mais sans sexe) et projection (les vieux ont droit à la même sexualité que les « adultes » et doivent donc la vivre et en parler comme les « adultes »).

Alors, vivre sa sexualité en tant qu'aîné : est-ce un droit à la différence ou un droit à la ressemblance, par rapport au monde des adultes ? Ceci dépend fortement du regard que nous portons sur les plus âgés d'entre nous ; persuadés que les vieux sont physiquement des handicapés, nous sommes persuadés qu'ils le sont affectivement et intellectuellement [1].

Par ailleurs, dans ce contexte, la sexualité apparaît bien souvent comme étant réservée à la seule jeunesse et la vivre en étant âgé reste fortement condamné par la morale comme dans ce témoignage de Marc Bernard [2] : « *Une fille de vingt ans dans mes bras, cette pensée m'est insoutenable ; j'aurais honte de moi. L'heure du plaisir passée, comment oserais-je la regarder ? Me faire pardonner ? [...] Heureusement, le calme revient vite [...]. Je réintègre mon âge et m'y sens de nouveau à l'aise. Une fois de plus me voici en accord avec la loi, et ne formulant qu'un vœu : que la fin soit foudroyante, que les armes me tombent soudainement des mains ainsi qu'à un vaillant soldat frappé au cœur* ».

De plus, en France, nos maisons de retraite sont les héritières des hospices du XIX^e siècle : destinés à une population marginalisée, rejetée, ils fonctionnaient bien souvent sur un mode quasi-carcéral où le contrôle était de bon ton. La vie intime était limitée par l'architecture (les dortoirs), les activités (à but occupationnel) et les caractéristiques de l'institution (souvent liées à un ordre religieux).

Et malheureusement, force est de constater, qu'à l'issue de 25 années d'effort d'adaptation des établissements par des phases successives d'humanisation et de médicalisation, les pratiques « sécuritaires » n'ont pu être éradiquées [3]. De ce fait, très souvent, on dénie à la personne âgée, la possibilité de pren-

dre seule des décisions, sous prétexte qu'elles représentent un « risque potentiel » ; ainsi même la gestion des relations peut être contrôlée par l'institution.

Dans certaines situations, on constate par exemple que ce sont les professionnels, les familles qui jugent par eux-mêmes du bien-fondé ou de la pertinence des relations de la personne âgée (qu'elle a pu nouer avant ou après son entrée en institution).

En milieu familial, on s'autorise en effet bien souvent un droit de regard sur le mode de vie des plus âgés : par soucis de protection ? Par peur du scandale ? Noëlle Chatelet dans son roman « la Femme coquelicot » a abordé ce thème particulier et encore tabou, des amours tardives.

Son héroïne, Marthe, 70 ans, mère-veuve et grand-mère sage, découvre avec Félix, vieux peintre de 80 ans, une vraie passion. Tout le roman s'articule donc autour du « réveil » de la vieille dame aux émois amoureux, avec tout ce que cela signifie de joie et d'inquiétude au sein d'une famille parfois réfractaire à tant de débordements [4].

Néanmoins dans ce domaine, quelques évolutions apparaissent : la « liberté sexuelle » des personnes âgées en institution est à présent abordée lors des formations professionnelles relatives au risque de maltraitance. Ainsi dans son guide « Comment maltraiter un vieillard en institution ? » [5], l'association ALMA France y consacre un chapitre qu'elle a intitulé « conciliabules... ou... Éros est de retour ! » afin de faire prendre conscience aux équipes soignantes que le désir de la personne doit prévaloir sur les souhaits des enfants.

De même, si on compare les nombreux guides parus ces dernières années à l'intention des enfants pour les aider dans la prise en charge de leurs parents âgés, des différences significatives sont à noter. Ainsi, à la fin des années 1990, la sexualité était peu abordée, ou alors en termes de déviance alors que par la suite, un chapitre pourra lui être consacré.

Prenons par exemple le guide « mes parents vieillissent » [6] où l'auteur pose cette question « la vie amoureuse ne s'éteint pas avec l'âge ? » et insiste sur l'importance du maintien des relations sexuelles.

Mais ces initiatives restent encore trop marginales...

Parler de la sexualité de la personne âgée est une chose mais dans la réalité les questionnements, la confrontation des logiques apparaissent.

La démarche éthique : redonner valeur et sens à la parole des aînés et des soignants

Généralement les pratiques professionnelles, surtout en gérontologie où la vulnérabilité de la personne s'impose, sont guidées par le fait qu'il faut mettre en œuvre « ce qui est bon pour l'individu ».

Or la personne âgée n'est pas un objet standardisé et sa sexualité l'est encore moins. On ne peut donc se contenter d'une simple énumération de principes à respecter : c'est la recherche d'une démarche éthique qui est ici nécessaire.

Comme dans toute situation où il y a conflit sur l'application de normes (comme par exemple tolérer la sexualité en institution), il est préférable d'observer les individus en question et d'analyser, dans un premier temps, le contexte.

Celui-ci, préliminaire à toute démarche éthique, est ici primordial ; chaque réaction individuelle est déterminée par un contexte : Nicole confrontée à la culture occidentale alors qu'elle vient de quitter un milieu africain, Virginie et Amélie

fraîchement sorties de l'adolescence, confrontées sans préparation à l'amour physique alors qu'elles en ont une représentation « romantique »...

Analyser la sexualité des personnes âgées sous ses différents prismes possibles nous permet par ailleurs de donner du sens à nos actes.

C'est un sujet où l'aspect scientifique côtoie une multitude d'autres aspects : sociologique, juridique, religieux...

La facette scientifique de la sexualité de la personne âgée a sans doute été la première à être explorée : les sexologues ont bien mis en évidence que, chez la femme notamment, les modifications hormonales et physiologiques après 60 ans, ralentissent et réduisent l'activité sexuelle, mais ne l'empêchent pas [7].

Penchons-nous sur quelques uns des autres aspects de notre sujet :

D'un point de vue sociologique

On ne peut oublier que la femme française de 70 à 80 ans a reçu une éducation sexuelle aujourd'hui obsolète. Elle a par ailleurs connu la sexualité dans le noir, sans fantaisie, dans le mariage, pour faire des enfants et pour le plaisir de l'homme.

La ménopause était décrite comme la retraite de l'utérus et de la sexualité [7].

La réponse de soignantes telle que celle de Françoise peut alors tout à fait se comprendre.

De plus, très longtemps la sexualité des anciens a été tournée en ridicule : dans « l'École des Femmes », le héros de Molière, Arnolphe, est un vieillard. Son grand âge est objet de moqueries. Sa jeune femme le trompe. Ce vieillard a 42 ans [8]. Il faut dire qu'à la fin du XVIII^e siècle, l'espérance de vie est de 28 ans en Europe.

Cet exemple nous montre toutefois que le regard posé sur la sexualité des plus âgés est tributaire de la place qui leur est donnée dans la société en général. Car, la vieillesse, personne ne l'aime, on l'appelle longévitité, c'est mieux. La vieillesse suggère déclin et décrépitude, la descente inévitable, l'approche d'une fin irrévocable, et pour employer une image biblique c'est le retour vers la poussière [8]. Du moins dans notre société occidentale et malgré les termes enjolivants que l'on peut à présent lui donner tels que « Âge d'or » aux USA.

Et, que dire de la situation des vieillards dépendants...

D'un point de vue religieux

La sexualité est liée à l'idée de procréation dans la religion judéo-chrétienne : pourquoi donc parler de sexe lorsqu'on a plus l'âge de procréer ?

D'un point de vue juridique

Avec notre législation, nous avons la possibilité de « mettre » un individu sous tutelle, le privant ainsi de ses droits civiques et de la gestion de ses biens.

Mais souvent cette inaptitude est élargie à tous les actes de la vie courante : or, l'inaptitude peut-elle être une question de tout ou de rien ?

On peut très bien être inapte à gérer ses biens et apte à gérer sa vie sexuelle !

Le fait d'être frappé d'une certaine inaptitude est loin d'être déterminant de façon absolue.

Mais très souvent, les soignants s'autorisent, au nom de la protection de la personne, d'interdire telle ou telle relation amoureuse...

Par contre, là où nous devons être attentifs, c'est face aux situations de harcèlement ou d'abus sexuels entre résidents qui arrivent plus fréquemment qu'on ne le pense.

Afin de rappeler ces droits élémentaires, il a d'ailleurs été nécessaire d'établir « une charte des droits et libertés de la personne âgée dépendante » [9] où la notion de liberté de choix apparaît clairement.

Conclusion

Parler de la sexualité de nos aînés nous renvoie en fait à la place de leur sexualité mais aussi à l'image de la vieillesse, dans notre société. Regardons par exemple les produits publicitaires qui nous entourent : c'est toujours un homme jeune aux dents éclatantes qui embrasse une jeune femme au corps éblouissant de désir. On dirait que les jeunes sont les dieux d'aujourd'hui [8].

Ce sujet est toutefois récent, du fait de l'allongement de la vie et parler de la vie sexuelle d'une personne âgée c'est encore pour beaucoup, parler de la sexualité d'une grand-mère et cela nous dérange. On évoque actuellement souvent le terme « d'âgisme » (le mot a été formé par analogie avec le mot « racisme » [1]) et dans cette situation précise on peut effectivement s'interroger sur la dimension que nous préférons donner, dans le discours commun, à la sexualité de l'individu âgé.

La vieillesse, on préfère l'exclure, l'éloigner, l'assimiler à la mort ; la sexualité, au contraire, c'est la vie...

Heureusement les démarches éthiques se multiplient chez les soignants en gérontologie : la réflexion éthique dans les équipes, à domicile ou en institution, prend peu à peu de l'ampleur et on peut espérer qu'elle aidera à améliorer le regard porté sur la sexualité des vieux : dans ce qu'elle a de singulier mais aussi en respectant les vécus de chacun.

Accompagner la vieillesse, c'est privilégier la parole de chacun de ces vieillards et en voici une que nous ne devons pas oublier :

« Le pire dans la vieillesse, c'est pas de ne plus pouvoir, c'est d'avoir toujours envie » [10].

Références

1. Jérôme Pellissier. La nuit tous les vieux sont gris. Éditions du Biblioplane, 2003.
2. Solitude et isolement des personnes âgées. Sous la direction de Philippe Pitaut, Erès, 2004.
3. Risque, responsabilité, éthique dans les pratiques gérontologiques. Jean-Jacques Amyot, Alain Villez. Dunod, 2001.
4. Trait d'union. Ouvrage collectif publié par la Fondation Eisai, 2004.
5. Comment maltraiter un vieillard en institution ? (et en 10 leçons). ALMA France, décembre 2004.
6. Mes parents vieillissent. Agnès Saraux. Éditions Bonneton, 2001.
7. Sexualité de la femme âgée. Nadine Grafeille. Médecine légale hospitalière, 1999, 2.
8. Longévitité et qualité de vie. Sous la direction de Claude Jasmin et Robert Butler-Synthélabo, 1999.
9. Charte des droits et libertés des personnes âgées dépendantes établie par la commission « Droit et libertés » de la Fondation nationale de gérontologie, 1995.
10. Tels ils marchaient dans les avoines folles. Sylvain Siboni. Éditions du Paysage, 1998.