"J'ai fini par craquer et appeler au secours"

Autor(en): **J.-M.R.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Générations plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): **- (2012)**

Heft 36

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-831523

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Wollodja Jentsch

Parler de ses angoisses, de son sentiment de culpabilité et de son désarroi à une professionnelle de l'accompagnement a permis à Anne Rochat de souffler.

«J'ai fini par craquer et appeler au secours»

Institutrice à 50% et mère de famille, Anne Rochat se pensait préparée pour soutenir sa mère. Elle a dû se résoudre à demander de l'aide.

Anne Rochat a toujours assumé. Un travail qui demande un investissement soutenu avec les bouleversements qui ne cessent de toucher l'école vaudoise, un rôle de mère de famille active avec encore trois enfants à la maison: son quotidien était déjà bien rempli. Enfin, c'est ce que pensait cette institutrice avant que l'état de santé de sa mère, résidant en appartement protégé, ne se dégrade véritablement depuis le début de l'année. Aujourd'hui, elle parle de cerise sur le gâteau, mais il serait plus juste d'évoquer la goutte d'eau qui a fait déborder le vase.

«Je croyais être préparée»

Pourtant, cette femme, qu'on sent forte, pensait être préparée à cette épreuve. Après le décès de son père il y a dix ans, Anne Rochat a suivi une formation poussée de huit à neuf mois chez Caritas pour apprendre à accompagner des personnes malades ou en fin de vie.

Elle estimait aussi sa mère entre de bonnes mains, dans un appartement protégé avec la visite hebdomadaire d'une infirmière en psychiatrie et le passage quotidien d'une dame qui venait s'assurer que tout allait «bien». «En fait, ma mère était seule et on s'est retrouvé à faire les courses, sa lessive, son lit depuis près d'une année. Et à lui tenir compagnie. Mon frère a longtemps assuré une grande partie avant de commencer à craquer.» Et Anne a suivi: «Ma mère, âgée de 87 ans, est devenue tyrannique. Lorsque je lui rendais visite le samedi, elle était mal et quand je repartais, je me sentais mal aussi parce qu'on ne se comprenait plus. J'étais harassée, je ne dormais plus même si j'avais sommeil. Dès que je posais la tête sur le lit, les pensées bouillonnaient dans ma tête. J'étais proche du burn-out.»

Réponse concrète

A bout de forces, Anne Rochat a pris rendez-vous avec une collaboratrice de l'Espace Pallium, à Lausanne. Un seul entretien, mais de trois heures, a suffi pour la requinquer: «J'ai expliqué mon sentiment de culpabilité, quand je finissais par craquer, à m'énerver contre ma mère. Et j'ai eu des réponses concrètes, on m'a dit que c'était bien normal, que je faisais tout juste. On m'a donné aussi l'autorisation de commencer à faire mon deuil face à cette femme qui n'était plus vraiment ma mère, qui n'avait plus toute sa tête. Je me suis sentie ressuscitée. Quand je suis sortie, je me sentais mieux.»

J.-M.R.