

Zeitschrift: Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile

Herausgeber: Spitex Verband Schweiz

Band: - (2014)

Heft: 3

Artikel: Une compagne silencieuse

Autor: Meier, Karin

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-852995>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 01.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Une compagne silencieuse



Mario Bauder, feutres sur papier, 100 x 40 cm

Le quotidien des clients du service obwaldien de soins à domicile est souvent peuplé d'une compagne invisible: la solitude. Collaborateurs et collaboratrices connaissent bien le problème. Avec leurs clients, ils cherchent des solutions.

Nous vieillissons, nous vivons plus longtemps et nous devenons parfois plus fragiles. Les occasions de maintenir notre réseau social deviennent plus rares. L'équation «fragilité = solitude» vise-t-elle juste? Pas vraiment, disent les infirmières diplômées Evelynne Abegg et Anita Niederberger. Ces deux responsables de groupe travaillent chez Spitex Obwald, service de maintien à domicile qui accompagne environ 650 clients par an. La solitude peut s'inviter chez tout un chacun, indépendamment de l'âge, de la taille du ménage ou de l'intégration au monde du travail. «Nous connaissons tous des personnes qui se sentent très seules, des jeunes, des gens habitant au centre d'un village ou vivant avec un mari ou une épouse. L'image du paysan de montagne solitaire dans sa cabane, loin de la civilisation, n'est qu'un cliché», explique Evelynne Abegg. Elle dit aussi que l'abandon de la structure familiale traditionnelle et un environnement urbain de plus en plus anonyme peuvent engendrer la solitude.

Des signes qui ne trompent pas

Le temps que les collaboratrices peuvent consacrer à leurs protégés est adapté aux besoins et toujours limité. Il s'agit

«Il faut éviter de simplement cocher les cases de notre liste.»

Anita Niederberger, Spitex Obwald

donc d'être très attentif pour constater si une personne souffre de solitude. «Il faut être à l'écoute de l'autre, éviter de simplement cocher les cases de notre liste. C'est le seul moyen pour détecter les états d'âme d'un interlocuteur et ressentir sa détresse», commente Anita Niederberger.



Être attentif, c'est bien; mais pour identifier la solitude, il faut aussi savoir communiquer. «Si on salue toujours le client avec la formule standard «bonjour, comment ça va?», il ne faut pas s'étonner si on reçoit une réponse tout aussi standard», explique Anita Niederberger. Elle tient donc à soigner les échanges et à éviter les automatismes. Pour dire «au revoir», elle dira volontiers «prenez bien soin de vous». Plus d'un client lui a ainsi ouvert son cœur et fait savoir – directement ou par allusion à peine voilée – combien la solitude lui pesait. C'est l'occasion qu'il faut saisir. Et si le temps manque pour en parler ouvertement, Anita Niederberger rassure le client en lui disant qu'elle ne l'oubliera pas et reprendra la discussion dès que possible, ou qu'elle va mettre au courant l'infirmière responsable.

Recroquevillé sur soi-même

Il faut aussi ouvrir les yeux, savoir observer. La solitude va souvent de pair avec une tendance à négliger l'aspect physique ou la propreté de l'appartement. Ceci est aussi valable pour les personnes qui répondent lacuniquement aux questions posées, se retirant de plus en plus dans un monde intérieur. Un processus de guérison stagnant peut également indiquer que la personne souffre de solitude. Comme des plaies ouvertes qui ne se referment plus. On observe également que la santé des personnes souffrant de solitude se détériore parfois juste avant et pendant les jours de fête: c'est dans ces périodes qu'elles réalisent vraiment à quel point elles sont seules.

**«Parfois, un sentiment
d'impuissance nous
envahit.»**

Evelyne Abegg, Spitex Obwald

Un large éventail de solutions

La solitude d'un client devenue évidente, on discute de son cas. L'infirmier ou l'infirmière référent(e) partage les informations recueillies avec les collègues des services de jour et de nuit, de l'intendance, des soins palliatifs ou de l'équipe psychiatrique pour déterminer les mesures à prendre. «Le plus important est d'aborder la situation avec le client et de chercher – ensemble – une solution», dit Anita Niederberger. Quand la solitude s'installe surtout le soir, retarder la visite de deux heures et passer vers 20 heures peut déjà soulager la personne. C'est une mesure simple à réaliser, mais rarement totalement efficace.

Il faut alors, en tenant compte de la situation individuelle, opter pour un RAI-HC, une discussion avec les proches et le médecin de famille ou éventuellement l'assistance d'un aumônier. Une autre possibilité est l'établissement d'un géno-/écogramme avec l'ensemble du réseau social du client, y compris les animaux domestiques. «Dès que le client a tous ces contacts devant les yeux, il se rend parfois compte que c'est peut-être aussi à lui de renouer avec telle ou telle personne», remarque Evelyne Abegg.

Dans un même temps, les collaboratrices et collaborateurs des soins à domicile vantent les offres d'institutions et d'associations, par exemple les repas de midi. Il arrive qu'ils présentent un client solitaire à un autre, mais cela implique qu'on tire quelques ficelles, protection des données oblige! Comment faire? Evelyne Abegg par exemple s'est occupée de deux clientes se sentant seules, des amies d'enfance qui s'étaient perdues de vue. Elle a recommandé à l'une comme à l'autre de se rendre au culte le dimanche. Les deux dames ont suivi le conseil, se sont rencontrées et ont renoué leur amitié en se rendant dans un café.

C'est au client de vouloir

Les collaborateurs de l'aide et des soins à domicile peuvent souvent atténuer le sentiment de solitude. Mais il arrive que les efforts restent vains. «Bon nombre de clients ne cherchent pas à sortir de leur solitude. Ils sont solitaires et malheureux à la fois. C'est une situation délicate pour nous», ajoute Evelyne Abegg. Sa collègue acquiesce: «Parfois, nous sommes envahis d'un sentiment d'impuissance. Mais nous devons alors admettre que le client a refusé les options qui auraient pu changer les choses. Si nous considérons ce qui est entrepris pour lui faciliter la vie, la solitude d'un client pèse moins sur nos épaules.»