

## Étude du vécu des femmes d'âge moyen engagées dans une relation de support auprès de leur mère âgée en perte d'autonomie

---

Hélène Joncas

Gilles Deshaies

*Université de Laval*

---

### Abstract

This study attempts to identify and conceptualize the various components of the lived through experience of middle-aged women who support their old-aged and non-autonomous mother. It is based on a review of recent literature. The various components of that literature are analysed and discussed in light of experiential data collected during a group counselling workshop realized in an urban area of the Province of Québec. Some implications for further research and the professional practice of counselling are formulated.

### Résumé

Cette étude veut identifier et comprendre les principaux constituants du vécu des femmes d'âge moyen qui sont engagées dans une relation de support auprès de leur mère âgée en perte d'autonomie. L'effort de recherche s'appuie sur une recension des écrits dont les principaux éléments sont analysés et discutés à la lumière de données expérientielles recueillies à l'occasion d'une intervention éducative en groupe réalisée dans une région urbaine du Québec. La discussion des éléments qui sont ainsi mis en évidence permet de formuler un certain nombre d'implications pour la recherche et la pratique professionnelle du counseling.

Le support à la population vieillissante en perte d'autonomie représente une préoccupation de plus en plus actuelle au sein de notre système social. La position gouvernementale tend à inciter la population à reprendre en charge ses aînés affectés comme le faisait tout naturellement la famille d'autrefois. Le mouvement de désinstitutionnalisation amorcé récemment dans tout le réseau de la santé corrobore cette orientation socio-politique. La tendance semble donc vouloir redonner à la famille la tâche première de soutien de ses membres, tâche que l'ère de l'industrialisation lui avait enlevée (Minuchin, 1979).

Par ailleurs, quelques études récentes (Brody, 1981; Lewis et Meredith, 1988) constatent que malgré une certaine évolution au niveau des rôles traditionnels des membres de la famille, ce sont surtout les femmes qui héritent de la responsabilité de l'aide à leurs proches âgés. Cette même littérature indique aussi que les filles aidantes se retrouvent souvent au mitan de leur vie lorsqu'elles sont appelées à prendre soin de leurs parents, en majorité des mères âgées. En plus de se situer entre deux générations en besoin, à savoir celle de leurs enfants et celle de leurs parents, ces filles d'âge moyen occupent une position qui les place au coeur de valeurs sociales rivales. Elles sont en effet au centre d'un conflit

entre la tradition qui leur demande d'être responsables des soins à leur mère âgée et la tendance actuelle qui les incite à s'impliquer davantage socialement et professionnellement.

Dans un souci de mieux adapter la pratique professionnelle du counseling aux besoins de cette clientèle, la présente étude veut identifier les principaux éléments du vécu de ces femmes d'âge moyen dans leur rôle de personne-soutien auprès de leur mère âgée en perte d'autonomie.

### *Explication de la démarche*

Dans un premier temps, cette recherche repose sur une recension des écrits des principaux théoriciens des vingt dernières années. De plus, la littérature scientifique et professionnelle de 1983 à 1990 a été explorée à l'aide du système informatique de données sur un disque compact "ERIC". Cette littérature fut ensuite recensée à l'aide d'une grille de lecture s'inspirant de la publication de Lewis et Meredith (1988). Cette grille de lecture aborde le vécu des filles engagées dans un rôle de soutien auprès de leur mère âgée à partir de trois thèmes principaux. Le premier concerne le rôle d'aidante et les motivations à l'assumer. Le second s'adresse au phénomène de fardeau qui y prend place ainsi qu'à son impact sur la vie des femmes. Enfin, un troisième thème porte sur la relation entre la mère et la fille.

Dans un deuxième temps, les éléments suggérés par la littérature sont analysés et discutés à la lumière de données expérientielles émergeant de l'expérimentation d'une intervention éducative en groupe développée spécifiquement pour répondre aux besoins des filles d'âge moyen engagées dans un rôle de personne-soutien. Le but de cette intervention éducative en groupe, d'une durée de vingt heures, était d'aider ces femmes à développer une gestion plus adéquate de leur vie quotidienne de personne-ressource par l'expression et la compréhension approfondie de leur vécu respectif. Elle a été réalisée auprès de cinq femmes, à l'hiver de l'année 1990, dans un centre de jour pour personnes âgées en perte d'autonomie d'une grande région urbaine du Québec. Elle était constituée de dix rencontres hebdomadaires d'une durée de deux heures chacune et l'auteure principale de la présente étude y agissait comme animatrice.

Cette dernière a compilé, d'une façon systématique, à la suite de chacune des rencontres, sa perception du vécu de chaque participante et du processus de groupe dans un journal d'itinérance; elle y exprimait aussi son propre vécu face au groupe et elle y tentait des analyses cliniques à propos de différents phénomènes observés.

### RECENSION DES ÉCRITS

L'observation courante que les femmes sont généralement choisies pour combler les besoins des parents âgés est corroborée par l'ensemble de la

littérature qui donne accès à ce phénomène à partir de plusieurs dimensions qui ont été regroupées autour de trois vecteurs principaux.

### 1. *Le rôle d'aidante et les motivations à l'assumer*

Il est socialement et culturellement convenu que les tâches associées à la sollicitude sont la responsabilité des femmes et que ces dernières doivent leur accorder une importance primordiale dans leur vie (Lewis et Meredith, 1988). Les tâches que remplissent les aidantes auprès de leur mère âgée reflètent d'ailleurs cette empreinte culturelle des rôles sexuels traditionnels; elles sont aussi reliées à des fonctions très analogues à celles que requiert le rôle de mère (Brody, 1981; Dalley, 1988). Cet héritage socio-culturel fortement intériorisé par les femmes permet d'éclairer partiellement le processus de décision du système familial concernant la désignation d'un de ses membres comme aidant principal.

Cette assignation souvent automatique semble originer de la recherche constante d'homéostasie au sein du système familial qui pour rétablir l'équilibre ébranlé par un événement stressant, fait appel aux compétences et aux rôles particuliers de ses sous-systèmes (Minuchin, 1980; Satir, 1971). Ainsi, dans la plupart des situations familiales, il est d'emblée admis qu'un membre soit plus compétent qu'un autre face à un événement particulier (Paolucci, 1977; Mace et Rabin, 1984).

Dans le cas spécifique de la prise en charge d'une mère âgée, Lewis et Meredith ont identifié des événements précis de la vie familiale qui enclenchent le processus de décision à propos de cette prise en charge. Il peut s'agir de la mort du père, de l'arrivée soudaine d'une maladie ou d'une incapacité chez la mère, ou encore de l'évolution subite d'une maladie dégénérative. Ces événements stressants mobilisent la famille qui réagit en sollicitant ses effectifs les plus habilités à rétablir la situation. Ces diverses réactions du système familial, associées à l'héritage social et culturel, indiquent qu'une femme sera ici davantage encline qu'un homme à s'occuper de la mère âgée en perte d'autonomie.

Il semble aussi qu'il existe une hiérarchie du rôle d'aidante au sein de la famille. Elle s'établit en regard de la disponibilité de ses membres à fournir de l'aide. La sélection de l'aidante s'exprime d'une part à travers le choix des vieux parents qui tendent à se fier sur l'enfant qui détient le moins de responsabilités concurrentes. D'autre part, elle se reflète par le constat que la fille célibataire est préférée à la fille mariée pour servir d'aidante (Lewis et Meredith, 1988; Brody, 1981; Brubaker, 1983). Brubaker a aussi observé que d'autres caractéristiques étaient impliquées dans le processus du choix de l'aidante, soit la sollicitation particulière de l'aîné(e) de la famille, du (de la) plus responsable, de l'enfant unique et de celui (celle) qui est le (la) plus attaché(e) à ses parents.

Ainsi, outre les facteurs socio-familiaux et culturels qui poussent la femme à assumer le rôle d'aidante, des éléments d'ordre relationnel ont

été relevés dans la littérature. Une étude a de ce fait révélé que les filles se sentent plus attachées à leurs parents âgés que les fils et que cette relation est réciproque (Thompson et Walker, 1983). Ce sentiment d'affection filiale serait à la base des motifs d'engagement "naturel" de certaines femmes à prendre soin de leur mère (Lewis et Meredith, 1988; Springer et Brubaker, 1984).

## 2. *Le phénomène de fardeau et son impact sur la vie des filles*

Brubaker (1983) a mis en évidence que l'aide à un parent âgé a des conséquences néfastes sur ceux qui en ont la charge. Cet auteur impute en partie ce constat à la description des tâches et attentes contenues dans le rôle d'aidant. De plus, la personne aidante, n'étant souvent pas préparée à assumer les responsabilités qui l'assaillent subitement, est souvent exposée à un stress considérable.

A partir des tâches que les aidantes ont à accomplir dans la situation d'aide, Archbold (1983) a identifié deux catégories principales d'aidantes: les pourvoyeuses et les gestionnaires. Selon cette nomenclature, les pourvoyeuses exécutent elles-mêmes les services requis par leur proche âgé tandis que les gestionnaires font appel aux ressources environnantes. De plus, les aidantes de cette deuxième catégorie appartiennent à une condition socio-économique supérieure; et elles s'occupent à des emplois plus valorisants que ne le font celles de la première catégorie.

Dans le même ordre d'idée, en ce qui concerne le support émotif, financier et domestique, Brody et Schoonover (1986) ont noté que les femmes qui occupent un emploi apportent une quantité d'aide égale à celles qui ne travaillent pas à l'extérieur. La seule différence a trait aux soins personnels et aux repas qui sont donnés par les filles demeurant à la maison, alors que celles qui travaillent achètent ces services ou vont les chercher dans leur famille ou dans la communauté. Il semble cependant qu'à cause de leur difficulté à concilier un travail peu rémunérateur et peu flexible au niveau de l'horaire avec leurs obligations d'aide, les pourvoyeuses finissent par demeurer à la maison. Celles qui continuent à travailler à l'extérieur bénéficient donc d'une position sociale avantageuse sur les plans personnel, professionnel et monétaire.

Selon Archbold, les pourvoyeuses aussi bien que les gestionnaires ressentiraient leur situation d'aidante comme un fardeau, et ce en rapport avec leurs relations maritales, familiales et sociales. Pour les premières, la perte de liberté et d'intimité, associée à l'effort physique et psychologique requis, risque d'affecter davantage leur qualité de vie. Les secondes de leur côté vivent un sentiment de culpabilité relié au temps limité qu'elles ont l'impression de consacrer à leur mère; elles sont de plus inquiètes face à la possibilité d'une interruption de leur carrière ou d'une difficulté financière.

Lewis et Meredith expliquent que les tensions vécues par les femmes d'âge moyen qui soutiennent leur mère âgée sont attribuées principalement à la difficulté de maintenir l'équilibre entre l'aide et la famille ou le travail. Ces femmes vivent un conflit aliénant relié à la culpabilité; ou elles sont coupables d'abandonner leur mère en faveur du travail à l'extérieur ou de négliger certains aspects de leur carrière en faveur des soins apportés à leur mère. Concernant les femmes qui ont des enfants, les mêmes auteures soulèvent le tourment déchirant d'avoir à choisir entre le devoir maternel et les obligations filiales. Il semble qu'elles font beaucoup d'efforts pour ne nuire ni à leur famille ni à leur mère. Elles ont, de plus, le sentiment d'être les seules responsables de ce qui arrive à leurs proches.

Scharlach (1987) explique le phénomène de fardeau à partir de la théorie des échanges sociaux et des rôles. Il croit que plus souvent la fille assiste sa mère âgée, plus elle risque de percevoir un écart entre ses nombreux efforts et ses faibles bénéfices. D'autre part, ce même auteur croit que ces filles sont vouées dans leurs différents rôles à expérimenter une contrainte qui serait reliée à la perception constante de remplir inadéquatement leurs obligations. Brody (1981) et Rankin (1985) partagent le même avis, et ce dernier croit que la qualité et le nombre de rôles familiaux concurrents chez la fille affectent sa perception du fardeau. Selon Scharlach, il existerait deux types de contraintes de rôles chez l'aidante: le surplus de demandes dans les rôles et la perception d'inadéquacité à remplir ces rôles. Lewis et Meredith ont même découvert que ce sentiment d'inadéquacité personnelle, serait à la source du comportement de la fille qui recherche peu d'aide extérieure.

Par ailleurs, Brubaker (1983) et Archbold (1983) partagent le même point de vue, à savoir que les filles dont la mère est sévèrement handicapée représentent une clientèle qui risque de vivre un fardeau plus élevé. Celles-ci, en plus de vivre sous un stress intense et continu, bénéficient de peu de service et d'assistance selon Brody et Lang (1983).

Brody et Lang nous signalent les caractéristiques socio-familiales des filles qui aident davantage: elles sont plus âgées et plus susceptibles de vivre en co-résidence avec leurs mères. De plus, ces dernières risquent d'être plus affectées parce qu'elles sont plus vieilles. Par surcroît, leurs recherches ont prouvé que les filles célibataires, séparées ou veuves offrent en général plus d'aide que les filles mariées.

Les principaux problèmes résultant d'un fardeau trop lourd pour les aidantes sont surtout reliés à l'exténuation physique et émotive (Lewis et Meredith, 1988; Brubaker, 1983). A ces problèmes s'ajoutent les contraintes usuelles rattachées au stade développemental de la femme d'âge moyen (ménopause, vieillissement, départ des enfants, etc) ainsi qu'une forte possibilité d'isolement social. Brubaker relie cette dernière difficulté au phénomène d'anxiété filiale qu'il définit comme étant une

anticipation anxieuse de la fille à apporter l'aide nécessaire à sa mère. Selon cet auteur, ce phénomène est surtout vécu chez les filles qui perçoivent leur parent plus dépendant qu'il ne l'est en réalité et qui ne risquent plus de sorties de peur qu'un incident se produise en leur absence. C'est donc plus la perception d'un fardeau élevé que la quantité d'aide requise par la mère qui est en cause ici. Ainsi, la fille qui surévalue ses responsabilités d'aidante tout en sous-estimant les capacités de sa mère risque de ressentir l'aide comme un "devoir sans fin". Brubaker ajoute que la fréquence des interactions de la fille auprès de son proche âgé est fortement reliée au degré de dépendance parentale qui lui, est interrelié avec la loyauté et le devoir filial.

Lewis et Meredith de même que Brubaker constatent qu'il existe des caractéristiques personnelles communes aux aidantes qui expérimentent un fardeau plus lourd. Ainsi il se trouve des filles pour qui le travail "d'aider" occupe tout le champ de leurs attentes de vie, d'autres qui ont de la difficulté à s'accorder des temps de ressourcement personnel. Ces auteurs croient que le principal problème vécu par ces filles pourrait être relié à leur propre besoin de "s'acharner" à aider leur mère. Pour eux, ce comportement peut être relié à des raisons personnelles et socio-familiales multiples. Brubaker définit d'ailleurs le phénomène de fardeau comme étant un ensemble complexe de litiges autour de la situation d'aide, impliquant l'aidante principale, sa famille, le proche âgé ainsi que le contexte familial. Plusieurs auteurs partagent cet avis que les tensions entraînées par les interventions auprès d'un proche âgé peuvent générer des conflits non seulement chez l'aidante mais aussi à l'intérieur du cercle familial entier. C'est aussi un terrain propice pour faire resurgir de vieux désaccords qui, selon Springer et Brubaker (1984) peuvent être évités, si les filles sont alertes à ne répondre qu'aux besoins réels du proche affecté et non à ses manipulations.

### *3. La relation entre la mère et la fille: son impact sur la situation*

Certains auteurs (Lewis et Meredith, 1983; Brubaker, 1980; Sharlach, 1987) sont d'avis qu'il faut étudier la dynamique de la relation entre la mère et la fille au cours de la vie pour tenter d'éclairer les motifs qui conduisent certaines filles à investir dans la relation de support à leur mère. A ce sujet, Thompson et Walker (1983) ont d'abord découvert que l'activité relationnelle entre les femmes ayant des liens parentaux serait plus élevée et plus durable que celle impliquant les relations entre hommes ou celles des sexes croisés. Par ailleurs, Baruch et Barnett (1983) stipulent que la fille reçoit une gratification émotive importante pour son bien-être à travers sa relation à sa mère, surtout si elle n'a pas à assumer d'autres rôles que celui de fille. Toutefois, des sentiments d'anxiété et de détresse risquent d'assombrir le relation lorsque la santé de la mère se détériore ou lorsque la fille est dans une période de lutte

pour son autonomie ou son identité. Il semble que l'anxiété de la fille serait en partie liée à son insécurité face à son propre vieillissement (Nickerson, 1989; Baruck et Barnett, 1983; Knight 1989).

D'autre part, Sharlach (1987) mentionne que le bien-être de la mère âgée est davantage relié à la qualité du lien qu'à la quantité de contacts. S'appuyant sur l'hypothèse que les filles dont la perception du fardeau est plus élevée ont une expérience relationnelle pauvre avec leur mère et ont la conviction qu'il leur faut investir encore plus auprès d'elle, ce chercheur a expérimenté deux types d'intervention avec ces filles. Son étude a montré qu'une intervention qui met l'emphase sur les besoins et les limitations de la fille plutôt que sur ceux de la mère entraîne une diminution du sentiment de fardeau chez la fille. De plus, en modifiant ses attitudes irréalistes de responsabilité filiale, la fille encourage sa mère à participer davantage à sa prise en charge, donc à diminuer sa dépendance. Cependant, il est important d'ajouter ici qu'une dépendance accrue et une santé pauvre du parent âgé ont presque assurément un impact négatif sur la relation entre la mère et la fille, même si les liens affectifs ne semblent pas altérés (Baruch et Barnett, 1983).

Lewis et Meredith croient que la relation entre la mère âgée et la fille aidante devrait être examinée selon le degré avec lequel elle est supportante ou problématique et non par le biais du niveau d'affection investi. En effet, la majorité des aidantes qui disent expérimenter une relation difficile avec leur mère ressentent toutefois une affection profonde pour elle. Il est intéressant de constater que dans la recherche de ces mêmes auteures, les filles ayant une relation supportante impliquant un échange mutuel équitable s'avèrent toutes être célibataires qui ont travaillé à l'extérieur pendant une période de la co-habitation. Il semble que cette situation particulière non seulement accommode les deux parties, mais favorise l'implication de la mère dans les tâches domestiques jusqu'à la limite de ses capacités. A cause de l'équilibre déjà difficile de leurs différents rôles et besoins, les femmes mariées ne semblent pas expérimenter une relation mutuelle avec leur mère. L'avantage d'une telle relation implique une considération égale et respectueuse de l'une et l'autre avec moins de risque de domination de part et d'autre. Cependant, lorsque la mère ne peut plus contribuer à la vie quotidienne, il y a un déclin inévitable de l'aide mutuelle et une augmentation systématique du fardeau pour la fille.

L'équilibre de la mutualité dans la relation devient plus fragile à mesure que l'âge de la mère augmente et ceci d'autant plus que ses besoins gagnent en intensité. Plusieurs auteurs parlent alors de l'inversion des rôles (Brubaker, 1983; Lewis et Meredith, 1988; Mace et Rabin, 1984; Omerzzano, 1985). Il semble que le degré de difficulté vécu dans une telle relation dépend de ce qui reste à l'enfant de sa dépendance affective envers son parent. Aussi, si le parent n'a pas permis à son enfant

adulte de se sentir autonome face à celui-ci et qu'il tient à garder son pouvoir d'autorité, le conflit éveillé par le passage du rôle d'"enfant soigné" à celui d'"enfant soignant" sera d'autant plus important. Lewis et Meredith rapportent que ce phénomène est particulièrement intense dans le cas de la fille qui est toujours demeurée à la maison ou dans celui de la mère qui a dû déménager pour demeurer avec sa fille.

Selon ces mêmes auteurs, une source importante de déséquilibre dans cette relation est reliée aux comportements de dominance élevée ou aux manipulations de l'une des parties envers l'autre. Une des plaintes les plus fréquemment formulées par les filles concerne l'attitude possessive de leur mère dominatrice. Cette attitude entraîne certaines mères à dépendre exclusivement de leur fille pour tous leurs contacts sociaux et leurs soins, à s'accaparer l'attention et le temps de l'aidante de diverses façons, à contrôler leurs sorties, etc. . . . En réponse à une forme tyrannique de relation, la fille d'âge moyen tend à se comporter de façon résignée ou soumise et à se laisser submerger selon le mode caractéristique d'une liaison symbiotique avec la mère. Ainsi, la fille entretient le sentiment d'être indispensable à sa mère et est marquée d'une difficulté profonde à accéder à l'autonomie. La relation est alors exclusive et la mère et la fille deviennent isolées et envahies l'une par l'autre.

Gibson (1982) croit que les motivations intrinsèques de ces filles à aider leur mère reflètent une recherche désespérée d'approbation et d'affection de leur part. Selon elle, une des causes de cette quête stérile serait reliée à une carence affective due à l'arrêt précoce d'investissement de la mère à prendre soin de sa fille. Pour sa part, Hancock (1983) croit qu'un maternage adéquat est en corrélation directe avec une filiation appropriée envers la mère dans le futur. Par ailleurs, Lewis et Meredith soulignent les sentiments ambigus vécus par les filles qui s'occupent d'une mère manipulatrice. Ces filles expérimentent un mélange de protection, de pitié, de ressentiment qui conduit à la culpabilité de ne pas être infiniment présente, patiente et disponible auprès de leur mère. Ces auteurs ont identifié ce phénomène comme étant une "culpabilité rituelle". De son côté, Gibson croit qu'une rage profonde envers la mère est ensevelie sous cette culpabilité. . . . Elle souligne que c'est la non acceptation de cette colère et de tout ce qui y est impliqué qui prolongerait la symbiose et serait à l'origine des efforts compulsifs de la fille à aider. Gibson croit que la seule façon de briser cette relation à caractère masochiste serait, pour la fille, de s'éloigner de sa mère.

Certains auteurs dénoncent la rigidité d'une telle approche qui taxe de "dépendante chronique" toute femme qui demeure attachée à sa mère (Baruch et Barnett, 1983; Hancock, 1983; Nickerson, 1989). Le lien entre la mère et la fille se voudrait naturellement teinté d'attachement, de proximité et ce serait plutôt la nature intime de ce lien qui permettrait à la fille de développer son identité. Selon Nickerson, il est réduction-



niste de détacher la mère de la fille pour que celle-ci devienne autonome. Il faudrait plutôt encourager la persistance du lien mère-fille au cours de la vie car il est la clé d'un développement sain chez les deux parties. En outre, l'acceptation d'un respect mutuel des différences entre la mère et la fille serait à la base d'une croissance harmonieuse et d'une gratification importante au cours de leur vie. Hancock se joint à Nickerson pour affirmer que les filles doivent renégocier leur relation avec leur mère sur une base de réciprocité plutôt que sur la sortie de ce lien. C'est alors que la relation sera le reflet d'une maturité partagée et fera place à un sens d'accomplissement élevé. Nickerson mentionne la nécessité d'un impact émotif substantiel dans la relation pour favoriser un lien réciproque d'interdépendance lorsque celui-ci est débalancé. Certaines femmes y sont parvenues à travers des confrontations de colère, d'autres par le partage de leur vécu avec des pairs, et certaines n'ont retrouvé leur autonomie qu'à la mort de leur mère.

L'intensité et la complexité du vécu des femmes d'âge moyen qui sont engagées dans une relation de support de leur mère âgée en perte d'autonomie sont clairement mises en évidence dans la littérature recensée. Cette même littérature signale aussi que plusieurs dimensions de cette expérience relationnelle doivent être minimalement intégrées par ces filles-soutiens, sinon leur équilibre personnel s'en trouve menacé. C'est ainsi qu'il devient pertinent d'initier des situations, notamment par le counseling de groupe, permettant à ces femmes de mieux comprendre et d'intégrer leur expérience. Pour les fins de la présente étude, une intervention éducative en groupe a été réalisée.

#### *Les données du journal d'itinérance*

Le principal objectif de cette intervention était d'apporter un support psychologique aux proches des personnes âgées, proches présentant des difficultés plus ou moins grandes à s'adapter à leur situation d'aide. C'est à cette occasion que l'animatrice a tenu un journal d'itinérance, à la suite de chacune des dix rencontres. Ces données expérientielles ont été utilisées afin de mettre les conclusions de la recension des écrits à l'épreuve d'une expérience concrète. C'est ainsi que le journal d'itinérance de l'animatrice a été dépouillé et analysé afin d'approfondir et de nuancer les éléments suggérés par la littérature. Ces données se limitent aux parties du journal qui concernaient trois des cinq femmes ayant participé au groupe; les deux autres participantes soutenaient des personnes âgées en perte d'autonomie qui n'étaient pas leur mère. Ainsi élagué, le journal était constitué d'un manuscrit de 20 pages.

L'âge de ces trois femmes varie entre 45 et 55 ans. L'une d'entre elles (Madame B) est mariée et mère de trois enfants adultes; elle ne travaille pas et s'occupe de sa mère qui demeure en HLM et qui vit des périodes de confusion de plus en plus fréquentes. Les deux autres femmes sont

célibataires. L'une d'entre elles a toujours habité avec sa mère souffrante de la maladie de Parkinson depuis plus de 25 ans. Elle occupe un emploi de fonctionnaire à plein temps. L'autre (Madame C) demeure seule en appartement, est engagée dans une relation amoureuse stable et s'occupe quotidiennement de sa mère atteinte d'hémiplégie et de confusion intermittente. Elle travaille à temps partiel auprès des personnes âgées à leur domicile.

En ce qui concerne l'attribution du rôle d'aidante, l'expérience des trois clientes appuie le fait que l'endossement de ce rôle s'effectue dans un cadre socio-culturel, systémique et relationnel complexe. Toutes trois occupaient à l'origine une position-clé dans la fratrie qui les prédisposaient à assumer les responsabilités d'aidante: Madame A étant la cadette de sa famille, Madame B étant l'aînée et Madame C, la fille unique (Brubaker, 1983). Le cas de Madame "A" semble revêtir une consistance particulière à l'égard de la théorie présentée.

En effet, il semble que cette femme ait été assignée d'emblée par sa famille pour aider sa mère car elle n'était pas mariée et détenait le moins de responsabilités concurrentes lorsque l'événement déclencheur (maladie de sa mère) est survenu (Lewis et Meredith, 1988; Brody, 1981; Brubaker, 1983). Par la suite, son histoire relationnelle avec sa mère laisse supposer qu'elle ait pu établir préalablement un sous-système avec celle-ci pour sauvegarder l'homéostasie familiale à la mort de son père. Elle était la plus disponible à ce moment du cycle de vie familial (Brubaker, 1983). Ainsi, l'habileté développée par ce sous-système pour fonctionner en période de stress a pu être détectée par la famille et réutilisée lors du déséquilibre entraîné par la maladie de la mère. De plus, Lewis et Meredith croient que la fille qui est toujours demeurée à la maison avec sa mère risque de vivre une dépendance affective qui limitera d'autant plus son autonomie et rendra la relation mère-fille difficile. Par ailleurs, sur le plan socio-affectif, cette cliente a exprimé qu'elle avait manqué d'affection et d'approbation de la part de sa mère pendant toute sa vie, qu'elle était portée à la préserver du mauvais traitement d'autrui. La théorie analytique concernant la relation mère-fille peut expliquer en partie ce comportement de protection par la recherche éperdue d'approbation et de validation dans son identité féminine. Une validation que la fille voulait obtenir de sa mère et qui était menacée par la maladie de cette dernière (Gibson, 1982). Il est aussi possible que le propre vieillissement de cette femme d'âge moyen et les craintes qui en découlent risquent d'interférer et d'intensifier le désir de protection que cette fille ressent envers sa mère affaiblie (Nickerson, 1989; Baruck et Barnett, 1983; Knight, 1989). Toutes ces motivations ont donc pu intervenir pour mobiliser la volonté de Madame A à accepter et à nourrir le rôle d'aidante auprès de sa mère.

Quant à Madame B, la forte intériorisation du rôle d'enfant responsable de la famille (Knight, 1988) semble se détacher nettement de la compréhension de son histoire d'aidante. En effet, à la mort du père cette cliente a dû s'occuper d'aider sa mère à subvenir aux besoins de la famille alors qu'elle n'avait que onze ans. Elle exprime encore être l'ultime référence auprès de ses frères et soeurs lorsqu'il survient des difficultés dans leur vie respective, car ils sont assurés de sa compétence à ce niveau (Paolucci, 1977; Mace et Rabin, 1984).

Quant à Madame C, outre le fait qu'elle soit une fille unique, il semble que le fort sentiment d'affection filiale qu'elle vouait à sa mère l'ait amenée de façon "naturelle" à s'occuper d'elle. La façon infiniment respectueuse avec laquelle cette femme parle de la relation de réciprocité mutuelle qu'elle a vécue avec sa mère concorde avec sa motivation d'aider cette dernière. Elle croit aussi que c'est un juste retour de ce que sa mère lui a légué.

En ce qui concerne l'expérience de ces femmes par rapport au phénomène de fardeau, il semble pertinent d'affirmer que chacune de ces clientes a participé au groupe de support en raison d'une difficulté plus ou moins prononcée à assumer sa responsabilité d'aidante ou d'une volonté à prévenir un fardeau trop lourd. Toutefois, les propos de Mesdames A et B suggèrent que leur sentiment de fardeau était plus lourd que celui de Madame C. Dans le cas de Madame B par exemple, la difficulté d'équilibrer l'aide à sa mère et sa vie familiale a été régulièrement mentionnée. Un déchirement entre ses obligations filiales, familiales et maritales était réellement vécu par cette femme d'âge moyen (Lewis et Meredith, 1988) qui ne voulait pas que l'aide à sa mère nuise à ses activités familiales et vice-versa. De plus, elle exprimait clairement un sentiment de responsabilité aliénant envers sa mère et sa famille. Quant à Madame A, le fardeau a été vécu globalement, et il a eu un impact sur sa vie entière. Une vie affective stérile, une carrière limitée, des vacances et loisirs rationnés ainsi qu'une relation affective mitigée avec sa mère, ont été pour elle les résultantes pénibles de sa situation d'aidante. De plus, des problèmes de santé tels une perte de poids importante et de l'hypertension artérielle ont menacé sa qualité de vie. Cette cliente se dit continuellement préoccupée par sa mère et anticipe l'obligation d'abandonner sa carrière si l'état de sa mère se détériore (Brubaker, 1983; Archbold, 1983). En outre, cette cliente a exprimé à plusieurs reprises sa réticence face à l'aide extérieure, se croyant seule capable de répondre adéquatement aux besoins spécifiques de sa mère affectée (Lewis et Meredith, 1988).

De son côté, Madame C vit un fardeau moins lourd que les autres. Son appel systématique à l'aide du CLSC pour les soins d'hygiène et de repas concordent avec le type d'aidante "gestionnaire" (Archbold, 1983). Le fait qu'elle ait choisi de demeurer seule en appartement, de continuer de

travailler, de même que le fait de s'entourer de support affectif, ont prévenu la perte de liberté, d'intimité et l'isolement mentionnés par plusieurs auteurs qui ont abordé le problème du fardeau. Il est intéressant de remarquer que cette fille n'ayant aucun autre lien familial sur lequel s'appuyer, a pu recourir plus facilement à une aide extérieure. Elle a pu aussi éviter de vivre l'obstacle d'un enjeu familial tissé de longue date qui est parfois la source de conflits entourant l'aide (Springer et Brubaker, 1984).

L'expérience vécue par deux de ces femmes (Mesdames A et B), en regard de la relation réciproque entre la mère et la fille, laisse croire à un impact plutôt négatif sur leur état psychologique. De plus, contrairement à ce que certains auteurs stipulent, ces relations ne semblent pas s'être détériorées uniquement suite aux pertes fonctionnelles de leur mère (Baruch et Barnett, 1983; Knight, 1989). Le témoignage de ces femmes, selon lequel une pauvre communication avec leur mère était présente depuis l'enfance, appuie la thèse que la dynamique entre la mère et la fille au cours de la vie puisse éclairer d'emblée les motifs ainsi que le type de prise en charge de la mère par la fille (Lewis et Meredith, 1988; Brubaker, 1983; Scharlach, 1987). De plus, l'expérience de Madame C d'une relation de support mutuel avec sa mère depuis l'enfance, appuie le fait que la perception chez la fille d'une relation jusque-là équitable avec sa mère puisse l'inciter à s'occuper de cette dernière d'une façon plus "équilibrée".

#### CONCLUSION

Cette étude indique que les éléments constitutifs de la relation entre la mère âgée et la fille aidante sont précurseurs de la façon dont l'aide sera structurée. Par ailleurs, ces éléments semblent continuellement influencés par les composantes familiales et environnementales au cours de la vie. De plus, cette recherche suggère que l'héritage psycho-social des femmes alimente le processus familial et individuel du choix d'aider la mère. Enfin, il apparaît clair qu'une différenciation adéquate de la fille à l'égard de sa mère entraîne cette dernière à respecter davantage ses limites dans l'aide, à s'octroyer des activités ressourçantes et à utiliser un réseau plus large de support instrumental et affectif pour éviter d'être submergée par la situation d'aide.

Ainsi, des interventions préventives et éducatives, sous une forme individuelle et/ou de groupe, pourraient s'avérer pertinentes auprès des familles prédisposées à une prise de décision prochaine à l'égard de leurs proches âgés. Les intervenants des milieux communautaires ainsi que ceux du réseau de la santé qui sont enclins à dépister les familles risquant une crise liée à la prise en charge d'un proche âgé affecté pourraient effectuer un travail de prévention et de soutien à ce niveau. Ils pourraient sensibiliser les membres-cibles de ces familles à une préévaluation objec-

tive de leur propre situation en regard de celle du parent âgé qui se détériore. Ainsi, ils pourraient orienter les familles dans leur choix de s'occuper du parent âgé en favorisant chez elles une prise de conscience approfondie et réaliste des ressources disponibles dans leur environnement.

A un autre niveau, ces intervenants pourraient aider à clarifier les attentes et comportements que les membres de la famille ont les uns envers les autres et les éclairer sur les raisons conscientes et inconscientes qui les motiveraient à l'assignation d'un-e des leurs comme aidant-e. Par la suite, une réévaluation périodique de la situation de l'aidant-e principale et de la famille par un-e intervenant-e du réseau social pourrait aider à soutenir les proches et à prévenir leur épuisement. Ceci incite aussi les aidants à élargir leur réseau de support et à avoir une perception extérieure de leur situation, les aidant à se réajuster face à leurs responsabilités.

En ce qui concerne l'intervention auprès des aidantes déjà aux prises avec une situation d'aide difficile, une intervention de support mettant l'emphase sur les besoins et limites de la fille telle que proposée par Scharlach (1987) s'avère pertinente. Toutefois, la démarche de groupe effectuée à l'occasion de la présente étude nous laisse des interrogations quant à la façon d'amener cette clientèle à participer à une telle expérience. Il semble que tout le contexte de l'expérience d'aide intervienne même dans la prise de décision de s'engager dans un groupe: difficulté à demander de l'aide, problèmes de gardiennage, d'isolement social ou de santé. . . . Il est donc recommandé aux intervenants intéressés de faire une étude approfondie des besoins et difficultés des aidant-e-s avant d'initier ce genre de groupe.

Sur le plan de la recherche, une évaluation de l'expérience du réseau complet entourant la mère âgée affectée apporterait un éclairage multidimensionnel en aidant à mieux cerner la problématique étudiée. Des recherches à caractère qualitatif à partir d'entrevues ou de questionnaires semi-structurés pourraient être réalisées auprès de filles aidantes, de mères aidées, de frères et soeurs plus ou moins impliqués dans l'aide, et d'intervenants communautaires qui côtoient régulièrement des mères affectées. Par ailleurs, une investigation auprès de femmes qui réussissent à gérer adéquatement leur situation d'aide auprès d'une mère âgée pourraient apporter un éclairage intéressant sur les plans éducatif et préventif.

### Références

- Archbold, P. G. (1983). Impact of parent-caring on women. *Family Relations*, 32 (1), 39-44.
- Baruch, G. et Barnett, R. C. (1983). Adult daughters' relationships with their mothers. *Journal of Marriage and Family*, 45, 601-606.
- Brody, E. M. (1981). "Women in the middle" and family help older people. *The Gerontologist*, 27 (5), 627-631.

- Brody, E. M et Lang, A. M. (1983). Characteristics of middle-aged daughters and help to their elderly mothers. *Journal of Marriage and the Family*, 45 (11), 193-202.
- Brody, E. M. et Schoonover, C. B. (1986). Patterns of parent-care when adult daughters work and when they do not. *The Gerontologist*, 26 (4), 372-381.
- Brubaker, T. H. (ed.) (1983). *Family Relationship in Later Life*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Dalry, G. (1988). *Ideologies of Caring: Rethinking Community and Collectivism*. London: Macmillan.
- Gibson, E. S. (1982). In futile pursuit: rejecting mothers and their approval seeking daughters. 35th Annual Scientific Meeting of the Gerontological Society. Boston, MA., 19-23 November, 1982. 13 p.
- Hancock, E. (1983). Reckoning the relationship between daughters and mothers: transforming a critical tie. 91st Annual Convention of the American Psychological Association (Anaheim, 26-30 août, 1983). 36 p.
- Knight, B. (1989). *Psychothérapie auprès des personnes âgées*. Bibliothèque nationale du Québec: Edition St-Yves.
- Lewis, J. et Meredith, B. (1988). *Daughters who Care: Daughters Caring For Mothers at Home*. London and New York: Routledge.
- Mace, Nancy L. et Rabins, P. V. (1984). *The 36 Hour Day*. U.S.A.: Warner Books.
- Minuchin, S. (1979). *Familles en thérapie*. Montréal: Ed. France-Amérique.
- Nickerson, E. T. (1989). Mothers and daughters/daughters and mothers: an unbroken cycle in female development. Annual Meeting of the American Association of Counseling and Development. (Boston, 15-18 mars, 1989.) 18 p.
- Omerzzano, J. (1985). *Le grand âge de nos proches*. Paris: Editions Robert Laffont.
- Paolucci, B., Hall, O. A. et Axinn, N. W. (1977). *Family Decision Making: An Ecosystem Approach*. New York: Wiley.
- Rankin, E. D. et Pinkston, E. M. (1985). Family caregivers and burden: a developmental perspective. 38th Annual Scientific Meeting of the Gerontological Society (New Orleans, LA, 22-26 November, 1985). 18 p.
- Satir, V. (1971). *Thérapie du couple et de la famille*. Paris: Epi.
- Scharlach, A. E. (1987). Relieving feelings of burden among women with elderly mothers. 33rd Annual Meeting of the American Society on Aging (Salt Lake City, UT, 14-17 mars, 1987). 32 p.
- . (1987). Role strain in mother-daughter relationships in later life. *The Gerontologist*, 27 (5), 627-631.
- Springer, D. et Brubaker, J. H. (1984). Family caregivers and dependent elderly: minimizing stress and maximizing independence. *Sage Human Services Guides*, volume 38. Sage Publications: Beverly Hills, U.S.A.
- Thompson, L. et Walker, A. J. (1982). Two generations of mothers and daughters: role status and interdependence. Annual Meeting of the National Council on Family Relations (Washington DC, 13-16 octobre, 1982).
- . (1983). Intimacy and intergenerational aid and contact among mothers and daughters. *Journal of Marriage and Family*, 45 (4), 841-849.

### À propos de auteures

Hélène Joncas, M.A., professeur suppléante au département d'ergothérapie, Faculté de médecine, Université Laval.

Gilles Deshaies, Ed.D., professeur de counseling et d'éducation psychologique, département de counseling et orientation, Faculté des sciences de l'éducation, Université Laval.

Adresse de correspondance: Gilles Deshaies, Université Laval, Département de counseling et orientation, Faculté des sciences de l'éducation, Sainte-Foy, Québec G1K 7P4.