

Premiers résultats d'un projet international

# Les jeunes aidants aussi ont besoin d'être soutenus

Un vaste projet de recherche a été lancé il y a deux ans sur les enfants et adolescents aidant un proche atteint dans sa santé. Les premiers résultats montrent les besoins et possibilités de soutien des jeunes aidants en Suisse.

Texte: Fabian Berger, Elena Guggiari, Alexandra Wirth, Daniel Phelps, Agnes Leu

La Suisse participe au projet de recherche Me-We (Moi-Nous) par l'intermédiaire de la Haute école de santé Careum de Zurich. Financé par l'Union européenne, cette recherche vise à améliorer la santé mentale et le bien-être des jeunes aidants. L'accent est mis sur les adolescents entre 15 et 17 ans qui s'occupent d'un proche atteint dans sa santé. Cinq autres pays sont impliqués: l'Italie, les Pays-Bas, la Suède, la Slovénie et le Royaume-Uni.

Le projet se déroulera de janvier 2018 à fin mars 2021 et les premiers résultats de l'étude en cours sont disponibles. Dix experts de chaque pays ont été interrogés sur les besoins des jeunes aidants, les stratégies, interventions et programmes permettant de les identifier et les soutenir. Les conclusions présentées dans cet article portent sur la situation suisse.

## Presque un jeune sur cinq

Si la prise en charge et les soins à des proches sont généralement assurés par des adultes, des recherches récentes montrent que les enfants et adolescents assument également de telles tâches. En Suisse, environ huit pourcents de la population âgée de dix à quinze ans est concernée (Leu et al. 2019).

L'adolescence est une période marquée par d'importants développements psychosociaux. Les jeunes aidants risquent d'être exposés à un niveau de stress élevé. S'ils ne sont pas suffisamment soutenus pendant cette phase cruciale, cela peut avoir des répercussions négatives sur leur avenir (Leu et Becker 2019). Une étude récente a également montré qu'en Suisse, la sensibilisation des professionnels à ce sujet est très faible (Leu, Frech et Jung, 2018).

## Une problématique méconnue

La visibilité des jeunes aidants et la sensibilisation à leur situation sont faibles, voire inexistantes en Suisse. Le programme de la Confédération «Offres visant à décharger les proches aidants» ne mentionne pas explicitement les enfants et adolescents. En outre, les experts interrogés expliquent que les professionnels de la santé, du social et de la formation n'ont pas conscience que des enfants et adolescents s'occupent de leurs proches. Quant aux jeunes aidants eux-mêmes, il n'est pas rare qu'ils aient peur de parler de ce qu'ils vivent ou ne s'identifient tout simplement pas en tant qu'aidants.

## Lacunes à combler

Au niveau national, la Suisse ne dispose pas de stratégies ou de programmes spécifiques pour soutenir les enfants et adolescents concernés. Toutefois, dans un cadre général, un soutien peut leur être assuré par des autorités de protection de l'enfance et des adultes, si l'on soupçonne que leur bien-être est en péril. Il existe certaines organisations non gouvernementales à vocation nationale comme Pro Juventute, mais elles ne ciblent pas spécifiquement ces jeunes. En Suisse romande, la fondation As'trame propose des prestations lorsqu'une maladie somatique frappe au sein de la famille ou qu'un parent présente une fragilité psychique. Ces offres sont ouvertes aux jeunes aidants mais

[www.sbk-asi.ch/free4students](http://www.sbk-asi.ch/free4students)  
[www.swissnursingstudents.ch](http://www.swissnursingstudents.ch)



En tant qu'étudiante ou étudiant en soins infirmiers, vous pouvez adhérer gratuitement à l'ASI et à Swiss Nursing Students (SNS).

Les jeunes aidants ne sont pas forcément conscients du rôle qu'ils assument.

## Travailler durant ses études

n'ont pas été conçues spécifiquement pour eux. As'trame a créé un site d'informations qui permet également d'entrer en contact avec des professionnels. L'Association de proches aidants offre, quant à elle, des prestations à tous et est sensible à la thématique des jeunes aidants, mais n'a pas encore développé d'offres spécifiques pour ceux-ci.

### Approche recommandée

Pour les professionnels, il convient de se demander à quel titre les enfants et adolescents qui accompagnent leurs proches à une consultation sont présents (en tant qu'enfant ou également en tant qu'aidant?). Il s'agit aussi de définir si les parents, personnes de références et les enfants et adolescents eux-mêmes sont conscients qu'ils pourraient être amenés à assumer des tâches d'aidant. Si tel est le cas, les professionnels doivent informer les jeunes de l'état de santé de la personne prise en charge, si possible sur un pied d'égalité, et les orienter vers d'éventuels offres de soutien. Il est important que les jeunes aidants soient au courant de ces prestations.

Les professionnels peuvent se tourner vers les fondations et organisations qui défendent les intérêts des enfants et adolescents. Pro Juventute a récemment lancé une permanence gratuite au numéro 147 où les jeunes peuvent adresser leurs préoccupations – qu'elles concernent la santé de leurs proches, l'école ou encore la sexualité. Il est possible de se confier par chat, SMS ou e-mail. Enfin, l'Office fédéral de la santé publique développe également son offre dans le cadre de son programme de soutien aux proches aidants – autant de perspectives encourageantes pour un sujet de société peu connu.

Plus d'informations sur [www.kalaidos-fh.ch](http://www.kalaidos-fh.ch) > Young Carer.



Les références en lien avec cet article peuvent être consultées dans l'édition numérique sur [www.sbk-asi.ch/app](http://www.sbk-asi.ch/app)

### Les auteurs

**Fabian Berger, Elena Guggiari, Daniel Phelps**, chercheurs, **Sarah Rabhi-Sidler**, collaboratrice scientifique, **Alexandra Wirth**, coordinatrice de projet, et **Agnes Leu**, directrice du programme Young Carer, travaillent à la HES Careum. Contact: [agnes.leu@careum-hochschule.ch](mailto:agnes.leu@careum-hochschule.ch).



### Charlène Bonjour,

23 ans, étudie les soins infirmiers à l'Institut et Haute école de la Santé La Source, à Lausanne. Depuis novembre 2020, elle co-préside l'association estudiantine Swiss Nursing Students (SNS).

Travailler en parallèle de ses études est une réalité pour beaucoup d'étudiants. Les petits jobs sont souvent nécessaires au financement de leur formation. Concilier les deux nécessite beaucoup de rigueur et d'organisation, mais il s'agit d'une opportunité enrichissante sur le plan professionnel. Contribuer à payer mes études me tient à cœur et pour cette raison, j'ai toujours travaillé durant les vacances et les week-ends. Naturellement, je me suis orientée vers le domaine des soins pour trouver un emploi. C'est un bon moyen de gagner un peu d'argent tout en acquérant des compétences professionnelles.

Après quelques postulations, j'ai été engagée en tant qu'auxiliaire de soins pooliste dans un établissement médico-social. Cet emploi m'apporte énormément en tant qu'étudiante en soins infirmiers. Chaque jour de travail me permet d'appliquer ce que j'ai appris en cours et m'aide ainsi à me perfectionner.

L'équipe étant très réceptive à mes observations, elle me fait progresser dans mes réflexions et mes analyses. Pouvoir mettre en pratique mes connaissances est quelque chose de très motivant pour moi. Voici un exemple: il y a quelques semaines, l'établissement dans lequel je travaille a décidé de changer de modèle de soins pour l'accompagnement des résidents. Ils ont décidé de former les équipes soignantes à l'approche des soins infirmiers centrée sur les forces. Quelques semaines plus tôt, nous avions étudié en cours le modèle de Laurie Gottlieb et j'ai trouvé génial de pouvoir appliquer cette approche sur le terrain. Cela a donné une toute autre dimension à mon apprentissage. J'ai pu échanger avec les infirmières et même expliquer certains aspects du modèle à mes collègues. Néanmoins, allier travail et études n'est pas toujours évident, surtout en cette période de pandémie. Il faut parfois faire des choix, des sacrifices et savoir privilégier ses études dans les moments importants sans se laisser submerger. Malgré tout, j'encourage tous mes camarades étudiants à s'engager professionnellement, s'ils le peuvent. Travailler nous apporte un bagage enrichissant et nous permet d'être plus à l'aise sur le terrain.



Tu peines à concilier études et le travail ou souhaites échanger à ce sujet? Ecris-moi à [charlene\\_bonjour@yahoo.fr](mailto:charlene_bonjour@yahoo.fr).