

Revue de la littérature sur les jeunes aidants

Qui sont-ils et comment les aider ?

Jarrige, Dorard & Untas (2020)

Résumé par C. Levacher, le 06.11.2020

Définition. Dans cette revue de la littérature internationale, les **jeunes aidants** (JA) sont des enfants et adolescents qui jouent le rôle d'aidant naturel, c'est-à-dire qu'ils apportent des soins, de l'aide (*ménagère, administrative, éducation des autres enfants, etc.*) ou du soutien à un membre de leur famille présentant une perte d'autonomie durable (*maladie, handicap, addictions, vieillissement*). Le plus souvent, les prévalences observées sont comprises entre **2 et 4% des jeunes** selon le pays. Beaucoup des jeunes aidants appartiennent à une **famille monoparentale**. La majorité s'occupe d'un parent présentant une atteinte physique, apporte un **soutien émotionnel** ainsi qu'une surveillance et aide aux tâches domestiques. Plus le jeune aidant est âgé, plus l'aide qu'il apporte est importante. Plusieurs outils (*e.g., échelle MACA-YC, Joseph & al., 2009 ou le PANOC-YC 20, Joseph & al., 2009*) permettent d'identifier les JA et les répercussions de l'aide qu'ils apportent sur leur quotidien.

Répercussions de l'aidance.

- **Négatives.** **Manque de reconnaissance** par la société et leur famille (*peur de la stigmatisation ou du jugement négatif d'autrui, actions jugées « normales » par certains JA*), engendrant un manque de soutien et d'aides extérieures; **Isolement social; Manque de temps libre; Responsabilités;** Altérations de la **santé physique** (*maux de tête, de dos, fatigue, etc.*) **et mentale** (*dépression, anxiété, sautes d'humeur, diminution de la satisfaction de vie, troubles alimentaires, addictions*); Dans le **domaine scolaire** chez 1/4 des JA (*absence, retard, manque de concentration, harcèlement, faibles performances scolaires, etc. bien que l'établissement scolaire soit souvent perçu comme un lieu ressource*).
- **Positives.** Développement des compétences d'adaptation et identitaires (résilience, connaissance de soi, maturité et sens des responsabilités accrus, autonomie/ indépendance, soutien à leur construction identitaire, fierté, sentiment d'accomplissement) ainsi que sociale (attachement perçu comme plus fort au sein de la famille).

Soutien. Les jeunes aidants bénéficient du soutien, voire de l'aide, d'autres membres de la famille ainsi que d'amis proches. Ils se sentiraient davantage compris par les autres JA, rencontrés lors de groupes de parole. Une demande d'aide et de conseils pour améliorer la communication dans la sphère familiale est mentionnée.

Prises en charge. Des prises en charge et des droits légaux spécifiques aux JA sont instaurés au Royaume-Uni (*Young Carers Projects*). Ces projets ont mis en avant l'importance d'une **évaluation de leurs besoins**, d'un accès aux **services d'aide**, à des **groupes de parole**, à des **prises en charges individuelles précoces** et sur le long terme, à des **soutiens financiers**, à des **médiations familiales** ainsi qu'à des **activités de loisirs et du répit**. Plusieurs études soulignent l'importance de l'inclusion du parent en perte d'autonomie dans les prises en charge, de sorte qu'elles soient adaptées aux besoins de la famille, ainsi que la nécessité d'une communication précoce et efficace pour informer et travailler sur les croyances. En France, l'Association Nationale Jeunes Aidants Ensemble (JADE) développe des dispositifs adaptés et spécifiques.

Les auteurs de cette revue soulignent l'importance de mener des recherches françaises plus spécifiques, notamment concernant la psychologie et le bien-être des JA et de leurs familles, afin de sensibiliser davantage la population, notamment les professionnels du milieu médico-socio-éducatif.

Plus d'informations concernant les aidants: <https://psyintegrative.fr/Etreaidant.html>