

LA PSYCHOLOGIE A UN ROLE ESSENTIEL

DANS L'ACCOMPAGNEMENT DE LA DEMENCE

La démence désigne un ensemble de troubles entraînant une dégradation progressive des fonctions intellectuelles — mémoire, raisonnement, langage, comportement — au point d'altérer l'autonomie et l'identité de la personne.

La psychologie, en tant que science de l'esprit et du comportement, joue un rôle essentiel dans la compréhension, l'évaluation et l'accompagnement des personnes atteintes de démence. Elle permet de dépasser la vision purement médicale pour envisager la maladie comme une expérience humaine et relationnelle.

Définition et formes de démence

La démence n'est pas une maladie unique, mais un syndrome causé par différentes affections neurologiques.

Les plus fréquentes sont :

- La maladie d'Alzheimer, marquée par des troubles de la mémoire et de la désorientation.
- La démence vasculaire, liée à des lésions cérébrovasculaires.
- La démence à corps de Lewy, associée à des hallucinations et des fluctuations cognitives.
- La démence fronto-temporale, qui touche la personnalité et le comportement.

Au-delà des différences biologiques, toutes ces formes ont un impact psychologique profond sur le patient et son entourage.

L'évaluation psychologique

Le psychologue — en particulier le neuropsychologue — intervient dans le diagnostic en évaluant les fonctions cognitives (mémoire, attention, langage, raisonnement) au moyen de tests standardisés (MMSE, MoCA, etc.).

Cette évaluation permet de repérer les profils cognitifs spécifiques à chaque type de démence et de distinguer les troubles dégénératifs d'autres pathologies (comme la dépression pseudo-démentielle).

Mais l'évaluation ne se limite pas à la cognition : elle prend aussi en compte les aspects affectifs et comportementaux, car la démence s'accompagne souvent d'anxiété, d'agressivité, d'apathie ou de dépression. Le psychologue analyse ces manifestations pour mieux adapter la prise en charge.

La prise en charge psychologique

L'objectif du psychologue n'est pas de « guérir » la démence, mais de maintenir la qualité de vie et la dignité du patient en l'aidant à préserver ses capacités et son sentiment d'identité.

Plusieurs approches non médicamenteuses sont utilisées :

- Stimulation cognitive : exercices visant à entretenir les fonctions préservées.
- Thérapie de réminiscence : travail sur les souvenirs anciens à travers des photos, musiques ou objets.
- Validation therapy : accompagnement empathique qui reconnaît les émotions du patient sans le confronter à la réalité.
- Art-thérapie et musicothérapie : expression des émotions par des moyens non verbaux.

Ces méthodes renforcent le bien-être émotionnel et réduisent les troubles du comportement.

Le vécu psychologique du patient

La démence est une expérience existentielle douloureuse : la perte de mémoire et d'autonomie provoque un sentiment d'angoisse, de honte et de dépersonnalisation. Le psychologue aide le patient à mettre des mots sur son vécu, à exprimer ses émotions et à conserver un lien avec les autres.

La communication repose souvent sur l'empathie, le regard et le non-verbal plus que sur le langage rationnel.

Ainsi, la psychologie contribue à maintenir le lien humain malgré le déclin cognitif.

L'impact sur les aidants

Les proches vivent eux aussi la démence comme une épreuve. Le fardeau de l'aidant (épuisement, culpabilité, isolement) peut être considérable.

Le soutien psychologique des familles — groupes de parole, entretiens, psychoéducation — est essentiel pour prévenir la détresse et maintenir une relation bienveillante avec la personne malade.

La psychologie ne soigne donc pas seulement le patient, mais aussi son environnement affectif et social.

Enjeux éthiques et humains

La démence interroge la notion même de personne : que reste-t-il de l'identité lorsque la mémoire disparaît ?

La psychologie rappelle que, malgré la perte cognitive, la subjectivité du patient persiste. Il continue à ressentir, à éprouver, à communiquer autrement.

Le rôle du psychologue est alors de reconnaître cette humanité résiduelle et d'offrir un espace de sens, de dignité et de relation jusqu'aux derniers stades de la maladie.

La démence ne se résume pas à une atteinte neurologique : elle touche le cœur de l'être humain — sa mémoire, son identité et ses liens.

En plaçant l'accent sur le vécu psychologique, la communication et la relation d'aide, la psychologie apporte une réponse complémentaire et indispensable à la médecine. Elle permet de préserver l'humanité du soin, de soutenir les proches, et de reconnaître, au-delà des pertes cognitives, la continuité du sujet et de sa valeur en tant que personne.