

Jeune proche aidance, parentification ou zone grise

Ce que nous apprend notre réflexion collective

D'après une réflexion collective
ayant eu lieu le 1^{er} avril 2026 dans le
cadre de la CdP Proche aidance.

Où se situent les zones grises ?

Les résultats rappellent que le contexte est essentiel.

Une même activité peut être vécue et interprétée
différemment selon plusieurs facteurs.



Les frontières ne sont pas toujours claires.

Plusieurs éléments doivent être considérés ensemble pour comprendre ce que vit le jeune.

TOUT DÉPEND NOTAMMENT DE :



DU CHOIX RÉEL DU JEUNE

- Agit-il par choix ou par obligation?
- Se sent-il libre de dire non?



DE LA FRÉQUENCE DE L'AIDE

- Aide occasionnelle ou régulière?
- Proportionnelle à son âge?



DE L'INTENSITÉ DES RESPONSABILITÉS

- Adaptées à son âge et à ses capacités?
- Ne nuisent-elles pas à ses activités et études?



DU SOUTIEN OFFERT PAR LES ADULTES

- Présence et disponibilité des adultes?
- Reconnaissance de l'aide du jeune?



DES IMPACTS SUR LE JEUNE

- Effets sur sa santé, son bien-être?
- Retentissement sur sa vie scolaire, sociale et personnelle?



Prendre le temps d'observer, d'écouter et de comprendre permet de mieux soutenir chaque jeune.



Analyse du sondage : Activités d'aide pouvant être réalisées par les jeunes selon l'âge

Le 1^{er} avril 2026 a eu lieu l'atelier de la Communauté de Pratique proche aidance sur: Jeunes personnes proches aidantes : impacts, repères et pratiques de soutien. Durant l'atelier un sondage a été proposé aux participants et nous vous transmettons ici les tendances qui ressortent suite à l'analyse de ce sondage.

L'objectif du regroupement de ces données est de stimuler une réflexion quant à l'existence de la jeune proche aidance et sa proximité ambiguë avec un ancien concept la parentification (émergent en 1945 et officialisé en 1981).

Proche aidance possible



Parentification possible



Zone grise



Âge	Activités d'aide – Buts	Exemples concrets	%
5 à 7 ans	Activités généralement simples, sous supervision : - Réconfort émotionnel - Petits gestes d'aide - Surveillance passive - Participation indirecte	- Apporter une bouteille d'eau à un parent en fauteuil roulant	
		- Faire un câlin à un grand-parent malade	
		- Dire à un adulte si la personne en fauteuil roulant tombe	
		- Ramasser les jouets pour éviter les chutes	
8 à 10 ans	Début de responsabilités plus concrètes : - Aider à la mobilité - Aider à l'alimentation - Rappels de routine - Encouragement	- Faire un sandwich pour un parent fatigué	
		- Tenir la main d'un proche pour l'aider à marcher	
		- Rappeler à un parent de prendre ses médicaments	
		- Motiver une fratrie à faire ses exercices	

Proche aidance possible



Parentification possible



Zone grise



Âge	Activités d'aide – Buts	Exemples concrets	%
11 à 13 ans	Capacité à assumer des tâches plus complexes : - Aide à l'hygiène - Préparation de repas simples - Surveillance active - Gestion émotionnelle	- Brosser les cheveux d'un parent malade	
		- Faire des pâtes pour un proche malade	
		- Reste avec un de ses grands-parents malades pendant que son parent fait des courses	
		- Parler à un ami quand le rôle devient stressant	
14 à 16 ans	Autonomie croissante et rôle d'aidant plus structuré: - Soins de base - Gestion des médicaments - Accompagnement - Tâches ménagères liées à l'aide dans la maison	- Appliquer une crème sur la plaie d'un proche	
		- Organiser les piluliers	
		- Aller chez le médecin avec un parent	
		- Désinfecter la salle de bain après usage	
17 à 18 ans	Rôle d'aidant proche de celui d'un adulte : - Prise de décisions - Coordination de services - Gestion administrative - Soutien familial	- Appeler les urgences si besoin	
		- Communiquer avec les soins à domicile pour un parent,	
		- Remplir un formulaire d'aide	
		- Soutient l'organisation des tâches familiales pour aider son parent	

👉 Ce n'est qu'un guide réflexif donnant quelques exemples d'actions, votre expertise clinique demeure essentielle!