

GUIDE PRATIQUE | CULPABILITÉ DES AIDANTS

Placement en EHPAD : traverser la culpabilité de l'aidant

Changer de lieu de vie peut être une décision de protection. Des repères pour préparer, décider et rester proche autrement.

MEDIWALK®

Des repères clairs pour mieux accompagner au quotidien.

<https://www.mediwalk.fr/culpabilite-placement-ehpad-aidant.html>

Mediwalk - Protéger, rassurer et relier.

Sommaire

Retrouvez les étapes et repères essentiels de ce guide.

Dans ce guide	3
Ce que la culpabilité raconte	3
Évaluer la situation avec des faits	3
Ne pas décider seul	4
Préparer l'entrée et les premières semaines	4
Rester proche autrement	4
Continuer le dossier	5
Questions fréquentes	5
Sources	5
À propos de ce guide	6

Dans ce guide

Une entrée en établissement mêle souvent soulagement, tristesse, doute et culpabilité. Ces émotions peuvent coexister. La décision gagne à être fondée sur les besoins, la sécurité, les souhaits de la personne et les capacités réelles de l'entourage.

Dossier culpabilité

Cette page fait partie d'un ensemble de repères complémentaires. La page centrale présente les causes et les premières pistes d'action.

Ce que la culpabilité raconte

Elle peut exprimer un attachement, la peur de trahir une promesse ou l'écart entre l'aide idéale et ce qui est devenu possible. Elle n'est pas, à elle seule, la preuve qu'une décision est mauvaise.

Évaluer la situation avec des faits

Consignez les chutes, errances, nuits interrompues, refus de soins, hospitalisations et difficultés du logement. Ajoutez l'état de santé de l'aidant et la disponibilité réelle des relais. Partagez cette synthèse avec les professionnels.

Ne pas décider seul

Associez autant que possible la personne concernée, le médecin, l'équipe médico-sociale et les proches. Comparez maintien à domicile renforcé, accueil de jour, hébergement temporaire et établissement permanent.

Préparer l'entrée et les premières semaines

Transmettez les habitudes, goûts, repères et éléments biographiques utiles. Planifiez les visites sans vous imposer une présence quotidienne impossible. Demandez un point avec l'équipe après la période d'adaptation.

Rester proche autrement

Votre rôle change mais ne disparaît pas. Vous pouvez préserver le lien, observer le bien-être, transmettre l'histoire de votre proche et participer aux décisions sans assurer seul les soins quotidiens.

À garder en tête

Une solution utile est une solution adaptée à la personne aidée, à l'aidant et à leur situation réelle. Elle peut être réévaluée.

Continuer le dossier

Dire non et poser ses limites

[Voir le guide complémentaire](#)

Journal de culpabilité

[Voir le guide complémentaire](#)

Questions fréquentes

Le soulagement après l'entrée en EHPAD est-il normal ?

Oui. Le soulagement peut traduire la fin d'une vigilance permanente. Il peut coexister avec la tristesse et l'attachement.

Comment savoir si la décision est nécessaire ?

Appuyez-vous sur les besoins de sécurité et de soins, les alternatives disponibles et les capacités réelles de l'entourage, avec une évaluation professionnelle.

Combien de fois faut-il rendre visite ?

Il n'existe pas de rythme universel. Choisissez une fréquence soutenable et utile à votre proche, puis ajustez-la avec lui et l'équipe.

Sources

Annuaire et comparateur officiel des EHPAD : [consulter la source officielle](#).

Épuisement de l'aidant : à qui s'adresser ? : [consulter la source officielle](#).

À propos de ce guide

Informations générales à adapter à la situation de la personne. Ce document ne remplace pas un avis médical, social ou juridique personnalisé. En cas d'urgence ou de danger immédiat, appelez le 15 ou le 112.

[Consulter la version web actualisée](#)