



Commission Service des aînés  
Sessions mars 2015

**CES SITUATIONS QUI VOUS INTERROGENT ET VOUS DÉPRIMENT  
NE PEUVENT-ELLES PAS ÊTRE UNE CHANCE POUR VOUS ET LA SOCIÉTÉ ?**

Ethique et spiritualité dans les soins. Recherche avec un infirmier dominicain. Au-delà de la surface physique, il y a les autres surfaces intérieures

Dans la recherche en « éthique du prendre soin », Comment rejoindre l'homme intérieur, cet être intérieur, ce qu'il y a au-delà des apparences ? Comment rejoindre au niveau de cet être ce qui ne disparaît pas ?

Cf Paul Ricoeur : « La philosophie de la volonté ».

**Plan :**

- 1/ difficultés > lourdeur > peur > préjugés
- 2/ passage de la difficulté au gain > consentement > résilience systémique > éléments d'anthropologie théologique
- 3/ la vulnérabilité, une chance ? > Créativité > joie > témoignage.

## **1/ Difficultés ou ces situations qui vous interrogent et vous dépriment...**

### **La lourdeur**

Elle peut être physique, organisationnelle, administrative, émotionnelle. Qu'est-ce que cela nous fait ? Qu'est-ce que cela mobilise en nous comme difficultés ? Par exemple, la vie en soins palliatifs : difficulté quand il y a plusieurs décès qui se suivent. On peut se référer à la philosophie de la volonté de P Ricoeur qui parle de la tristesse du fini. Ce qui est ainsi ne sera pas autrement : on se heurte à des choses qu'on ne pourra pas changer. On aimerait tellement que le monde soit autrement. On rentre dans ce mur et cela nous déprime.

Il faut tendre au consentement. Voir la lumière où il n'y en a pas !

Rappelons-nous le récit du baiser au lépreux de St François d'Assise... François est déjà en route sur un chemin spirituel. Il ne pique pas son cheval comme il serait logique de le faire du fait de la peur. Il saute de cheval et embrasse le lépreux.

Ce qui était attendu du lépreux c'est que François lui lance une pièce mais Bonaventure qui raconte ce fait, dit l'inattendu ; François donne en plus un baiser et pour François cela lui donne douceur et joie. C'est un renversement.

Ricoeur parle dans « soi-même comme un autre » du donner-recevoir en ce sens que même celui qui est dans la dérélition totale peut donner lui-même ce qu'il est.

Sortir de notre pratique du « donner-recevoir ». Même celui qui ne peut rien donner, peut encore donner son « être »...

### **Ce qui nous casse : les causes de l'insécurité**

- Difficultés quand il y a plusieurs décès qui se suivent.
- Le manque de retour gratifiant. On ne fait pas les choses pour avoir un retour mais s'il n'y a jamais de retour !... On est en tant qu'humain dans le donner-recevoir
- Le manque de contrôle dans le travail ; pas d'impression de participer à la prise de décision =
  - o Environnement non maîtrisé
  - o Facteurs négatifs sur lesquels on n'a pas prise
  - o Refus d'écoute
- L'incertitude pour soi : le salarié a besoin de son travail
  - o l'impression d'être manipulé ou manipulable,
  - o La non connaissance des critères d'évaluation,
  - o La peur de ne pas être à la hauteur : si peur de ne pas être à la hauteur, il y a de gros risques de ne pas y être...
- Le **Burn out** modèle de Maslach  
Au départ décrit par des soignants par rapport à des toxicomanes
  - o épuisement émotionnel,
  - o dépersonnalisation ou déshumanisation de la relation personnelle ; c'est un détachement excessif = c'est trop dur d'être impliqué au plan relationnel, alors je me détache de l'émotionnel. C'est pour se protéger quand on est au bord de la rupture.
  - o C'est une pathologie du soin
  - o Détachement excessif : si la souffrance de l'autre me laisse indifférent, je suis resté sur mon cheval. Il y a une mise à distance, différente d'une distance à gérer. Le soin appelle empathie et compassion. Il ne faut pas les tuer, même s'il faut éviter l'attachement excessif.
- **Aboutissement : la crise** : cf la corde qui va se rompre. Il ne reste qu'un fil...
  - o Cela veut dire qu'il y a un danger important de risque de rupture
  - o Les interventions d'urgence ne sont jamais les meilleures car moins réfléchies avec des risques moins maîtrisés...
  - o Ce qui amène à la crise :
    - Des situations d'instabilité,
    - La situation de souffrance pour différentes raisons = pour les personnes les institutions ; la foi chrétienne qui disparaît...
    - Limite atteinte : on a tendance à penser que ce sont les autres et pas moi : les malades ce sont les malades pas les soignants.

Sur l'exemple de François : François et le lépreux se sont embrassés à bras ouverts. Ce n'est pas seulement un « bisou » de bonne conscience - cf l'Arche l'expérience de Jean Vanier, des assistants ; c'est la notion du « guérisseur blessé ».

Cf Jung qui dit : seul le médecin blessé guérit. Nous avons tous des blessures et les malades, blessés, ont tous des richesses cachées et peuvent être guérisseurs d'autres blessures ; Nous avons tous nos limites. Nous avons tous nos richesses.

Une autre pathologie du soin : le soignant qui se croit tout puissant. Pour certains soignants, il est impossible de reconnaître ses propres limites. Il y a un risque quand on est dans l'impossibilité de repérer les conséquences négatives et pas seulement positives.  
Urgence d'agir : l'agir en urgence est moins bien évalué.

- **Le vieillissement réussi** : on veut bien vieillir sans vraiment vieillir.  
Ce qui nous chiffonne, c'est la maladie qui fait peur. Alors comme mécanisme on a trouvé l'exclusion. Si on veut faire régresser l'élément source d'exclusion donc de peur, on le met à l'écart ; (cf le règlement du charitable Grand hôpital des Bourgeois de Fribourg). Dans l'introduction de ce règlement, les Bourgeois ont construit cet hôpital pour les pauvres car cela évite d'être dérangé par les pauvres et les malheureux.  
On voit l'enchaînement : NORMAL -> VIEILLISSEMENT -> MALADIE -> PEUR -> EXCLUSION (mise à part)

### **Mais la réflexion à partir de la vulnérabilité, qu'est-ce qu'on peut en faire ?**

Est-ce que je vais vers la peur ou vers autre chose ? Par exemple, maintenir dans l'humanité des personnes fragiles et vulnérables parce qu'on aura été capable de vaincre les peurs qu'elles suscitent. Les reconnaître comme faisant partie de notre famille.  
Pour François, il a travaillé sa peur et a pu reconnaître le lépreux comme faisant partie de sa famille.

- **Regarder nos préjugés**  
Quelles sont nos grilles d'interprétation ? Quels paradigmes utilisons-nous ? Les paradigmes en grammaire c'est la conjugaison d'un verbe qui permet de conjuguer d'autres verbes. Quel paradigme utilisons-nous quand quelque chose nous interpelle ?
  - le paradigme du sablier : on voit l'autre comme perdant progressivement ses capacités = on regarde l'autre et chaque fois qu'on le regarde on a un peu moins... Ainsi on lie l'entier de la personne et on comptabilise les pertes et on trouve des éléments facilitateurs pour adapter...  
Mais où est encore la vie d'une personne ? C'est cela la vulnérabilité comme chance : c'est là où est encore la vie. Cf Job 33 : chapitres de lamentations = cela va mal... Jusqu'à ce que Dieu appelle Job « on va discuter, dit le Seigneur. Dieu : « depuis que je te regarde cela va de plus en plus mal ». « Non », dit Dieu, et il lui montre la création, les fleurs, l'exubérance. Qu'est-ce qu'il y a de bien ?  
Au départ Dieu valide la plainte « mon serviteur Job a bien parlé » mais il y a peut-être autre chose. Est-ce que dans le champ psychique, il y a autre chose ? Dieu regarde ailleurs.
  - le paradigme du crépuscule. Entre 2 photos du lac, il y a moins de lumière, on ne voit plus de la même manière : tout se confond. Mais alors pourquoi peindre des crépuscules ou les photographier ? C'est parce qu'il y a des éléments inattendus le jour baisse mais demain, cela ne sera pas identique alors que le sablier sera toujours pareil. Donc la

question est : est-ce qu'il peut se passer autre chose ? Dans le monde des soins, on va avec le préjugé du sablier...

- Etre avec la personne dépendante :

Quand on est avec la personne dépendante, on a des émotions (on ne peut pas rester sans émotions) mais elles sont souvent négatives. La personne dépendante peut manifester de l'agressivité contre nous, du ressentiment. Colère suite à la frustration de ne pas pouvoir faire ce qu'on avait prévu de faire... Il y a aussi parfois de la haine. On le voit dans les familles. Finalement, la peur...

Mais les sentiments négatifs sont à accueillir et ensuite à travailler.

Joie, plaisir, amour, tendresse, pas toujours minoritaires et toujours possibles, par exemple en unités d'Alzheimer. Si possible il faut les rechercher et trouver les espaces où on peut les amplifier cf Tom Kitwood (psychologue anglais qui montre comment on a des attitudes négatives...soignants qui chosifient la personne et la manipulent : « Dementia reconsidered. The person comes first » (1997)

Attitudes négatives attitudes sociales malignes = je sais ce qu'est la maladie d'Alzheimer donc je sais ce que la personne va faire penser dire ...

Attitudes négatives	Attitudes positives
Invalidation	Validation
Infantilisation	Codécision
Réification	Soutien
Manipulation	Facilitation
Etiquetage	Jubilation

Les démons parlent donc : Déments aphasiques (ne parlent plus, ne savent plus, ne peuvent plus rien faire. Quand on traite l'autre comme une chose, on n'attend plus rien de lui. Plus de surprise : cf Malherbe : « la Surprenance ».

## 2/ Passage de la difficulté au gain

- Consentement
- Résilience systémique
- Éléments d'anthropologie théologique

Quelles sont les équipes qui résistent le mieux au Burnout ? Celles où des membres ont des liens d'amitié, celle où il y a de la joie et le plaisir d'être ensemble, de vivre ensemble des moments heureux

### Consentement

Quand je ne peux plus supporter - j'en ai marre de subir ; il y a à l'inverse le consentement Cf Ricœur : A partir de ce qui m'entoure de « nécessité » je suis libre. Arriver à prendre conscience de cette liberté malgré la contrainte. Reconnaître et accepter pour travailler.

Passer du subir au « consentir ». Il ne suffit pas de dire : je suis en colère, c'est normal ; mais « j'accepte le réel ».

Dans la tradition chrétienne le premier « consentir » est celui de Marie.

Cela se présente mal « c'est une tuile » ce n'est pas seulement « je ne peux pas faire autrement ».

« Les animaux subissent seul l'homme consent » Bernard de Clairvaux

Consentement : capacité d'habiter une situation nouvelle imposée par les circonstances de manière à ce qu'elle soit porteuse de salut ; c'est-à-dire d'une vie qui continue.... Porteuse de salut = vie qui peut se déployer dans toute sa beauté sa plénitude...

Il y a la souffrance la difficulté qu'il ne faut jamais nier

La justification de la souffrance d'autrui est la source de l'immoralité Lévinas.

« L'homme c'est la joie du oui dans la tristesse du fini » (cf Ricœur dans Philosophe de la volonté p 192).

La surprise de la créativité.

François n'avait pas planifié.

Impuissance = accepter de ne pas tout maîtriser donc accepter de laisser surgir l'inattendu, c'est-à-dire être créatif, laisser surgir la naissance, la grâce

Pauvreté : je suis dépendant de l'autre donc de ce qu'il va me donner. L'autre, dans sa pauvreté, peut me surprendre.

Dépendances = personne n'est autonome complètement ; recevoir est nécessaire.

Vulnérabilité : ouverture de la carapace et de la porte du possible. L'ami ou le voleur ? à la fois la chance et le risque.

- La vulnérabilité nous désarme...
  - o Chance de vivre (risque ?). La présence et la tendresse.
- La vulnérabilité nous déplace et nous révèle notre propre vulnérabilité.
  - o Chance de se laisser guider par l'Esprit.
- La vulnérabilité nous pousse à nous interroger sur le type de société que nous voulons construire (cf le témoignage des soignants, aide-soignants).
  - o Attestation que l'Autre a du prix pour moi.

Se laisser guider par l'Esprit-Saint

Témoignage

Ce qui convainc que la joie est possible dans le travail avec les personnes âgées, ce sont souvent les témoignages des aides-soignantes...

Si je vais vers l'autre et que je lui manifeste ma sympathie... cela montre que ... les lépreux sont embrassables ; le handicapé est fréquentable ; la personne âgée est

Cf Dorothee Sölle « Souffrances » Attester d'autre chose : « Nous savons que des êtres humains ont vécu et souffert autrement.

### 3/ Vulnérabilité consentie une chance ?

#### Résilience systémique ou institutionnelle

Comment une équipe une institution peut-elle éviter le Burn out ?

Capacité de ne pas être épuisé par la prise en charge, ce qui implique de ne pas être dans des situations où l'on perd le contrôle.

#### Car pas de retour

- Là où l'on s'épuise physiquement, cela majore la capacité à craquer. Par ex, dans les couples lorsque l'un des deux a une maladie Alzheimer - résistance pour que des services extérieurs interviennent et à un moment donné, le conjoint fait face à un petit accroc qui entraîne une décompensation totale... Souvent on dit : « on ne peut pas faire autrement » est-ce aussi évident ?
- Là où l'on ne maîtrise pas (complications administratives) ;
- Là où la prise en charge occupe toute l'énergie psychique : quand on n'a pas la capacité à se ressourcer... ex en Suisse Romande, parce qu'on a vu beaucoup de familles craquer avec des hospitalisations catastrophes, on a généré des accueils de jour et/ou des espaces relais pour les aidants naturels... alors l'énergie psychique est disponible pour autre chose.
- Là où les liens interpersonnels sont mis en danger ; veiller à maintenir des liens de bonne qualité dans l'équipe même des relations d'amitié.
- Là où la spiritualité n'est plus porteuse de notre agir - fournisseuse de sens ...

#### Situation catastrophique

Perception réaliste de l'événement Pertes	Perception déformée de l'événement Peurs
Ressources internes	Possibilité d'adaptation PAUVRES
Ressources externes	Soutien externe DEFICIENT
Equilibre 1	Déséquilibre maintenu
Crise résolue	Crise aggravée

Apprendre à faire la fête, cultiver des moments de fête car cela crée des moments qui sont préventifs. Ce sont des moments de recharge d'énergie psychique...

#### Résilience en tant que telle

La psychologie du handicap montre que des personnes, après un accident, peuvent dire : « finalement le trauma m'a aidé à croître, à me développer au-delà du côté pénible ».

#### Ressources internes

J'ai survécu au temps puisque je suis là avec une histoire familiale et personnelle et des stratégies Pour une communauté, une tradition.

- Stratégies pour faire face (coping stratégies). Chacun a des stratégies
- Image de soi positive (self-esteem) : maladie qui casse l'estime de soi ; le sentiment de honte (par exemple : mettre les gens en pyjama dans l'après-midi et pas le soir).
- Aptitude à résoudre les problèmes.
- Créativité : animations ...La créativité pas uniquement pour stimuler les gens.
- Capacité à accepter les changements.
- Attitude positive et volontariste.
- Optimisme et humour.
- Spiritualité, c'est une vraie ressource. La dimension spirituelle a longtemps été évacuée. Aujourd'hui on peut trouver « le dépistage de la souffrance au titre de la dimension spirituelle - comment être relié à Dieu ?

### Ressources externes

Chez un individu, une communauté, cela peut être source d'ouverture. Les ressources externes peuvent être plus ou moins disponibles.

- Soutien familial ou communautaire ;
- Réseau social - moyens de communication ;
- Attachement sécurisé ou tuteur de résilience. Le petit enfant est capable d'aller explorer le monde parce que sa mère est là..., avoir des figures d'attachement (rend le monde inconnu moins anxiogène) ;
- Répertoire de rôles positifs fournis par l'histoire de l'individu et de sa communauté ;
- Interaction avec l'environnement où l'on se sent reconnu comme personne ;
- Possibilité de maintien des rôles sociaux... apportant satisfaction et sens de la maîtrise. Est-ce que l'externalité est capable de donner, redonner même de petits rôles concrets favorables à l'estime de soi ?
- Importance des aidants professionnels : les limitations physiques, matérielles, sont des freins, des obstacles à un « vivre épanoui ».
- Une cause importante de difficultés dans la prise en charge des personnes âgées dépendantes vient du refus d'aide extérieure.

### Facteurs de vulnérabilité

- L'isolement sensoriel
- Comorbidités (plus on ajoute des problèmes plus la capacité à entrer en résilience diminue).
- Solitudes conjugale et sociale.
- Epuisement de l'aidant.
- Difficultés familiales / relationnelles provoquées, révélées ou exacerbées par la maladie
- Sentiment d'être incompris, humilié. Cela suscite la honte
- Uniformité conformante et contrôlante de l'institution.

Questions à la vulnérabilité : manière d'y répondre ...

Est-ce que la psychorigidité augmente avec l'âge ? La psychorigidité est une structure de la personnalité dans laquelle on a besoin de barrières, de choses qui tiennent. Quand on a utilisé des

stratégies qui ont marché toute sa vie ; on a vérifié que cela a marché. En vieillissant on a essayé de développer ces stratégies.

La phase de la vieillesse est une phase de déstabilisation et d'incertitude donc on a besoin de se sécuriser. La maladie vient déséquilibrer un système. C'est comme un mobile en équilibre : un tout petit mouvement modifie fortement l'ensemble...

Attention : il y a Des vieilleses, Des vieux et Des vieillissements.

### ***Vulnérabilité comme une chance : quelques exemples ?***

- Le mouvement de l'Arche de Jean Vanier. La vulnérabilité des personnes handicapées donne une qualité de présence pour ceux qui vivent avec les personnes et ceux qui les approchent. C'est la réunion de personnes vulnérables qui fait surgir la joie... Vulnérabilité : capacité d'être ouvert à l'arrivée de l'autre, à la blessure, à la rencontre (cf Eric, jeune handicapé aveugle, sourd, ne parlant pas...)
- La Samaritaine (Jn 4) cf Lévinas / Merleau-Ponty - premier exemple la fatigue. Notre corps ne suit pas. La fatigue est une vulnérabilité forte. Jésus est fatigué du chemin.... Il s'assied au bord du puits et pendant qu'il est fatigué il rencontre la Samaritaine... il prend occasion de sa fatigue pour cette rencontre. Il continue à vivre autrement à cause de cette fatigue.
- Dominique Schneider, chanteur à succès en Suisse Romande : tout d'un coup, il disparaît... Il est retrouvé au foyer franciscain à St Maurice invité pour faire part de son parcours. A un moment donné il raconte comment il a fait une dépression. Des épisodes délirants : schizophrène avec hospitalisations en psychiatrie et atelier protégé. Et quelque chose qui s'est passé... il remonte. Et il reconnaît que cette maladie, c'est une chance, avec sa femme toujours là à côté de lui : présence aimante jusqu'à sa mort à elle... « je suis toujours malade » et cela a été la chance de ma vie »... Il a cofondé une association de malades psychiatriques...

### **Consentement** retour sur :

C'est d'une certaine manière la résilience par l'usage des ressources internes et externes pour continuer à vivre une vie pleinement humaine. C'est une croissance après l'évènement traumatique. Il n'implique pas forcément la disparition du traumatisme mais sa coexistence possible avec la vie. En termes théologiques, c'est habiter une situation nouvelle imposée par les circonstances de manière à ce qu'elle soit porteuse de salut. François d'Assise : « la joie parfaite » Je te dis que si je garde patience et ne suis pas ébranlé, C'est en cela qu'est la vraie joie et la vraie vertu et le salut de l'âme.

### Consentir à l'autre

François consent à ce que le lépreux entre dans sa vie : l'embrassement suppose l'ouverture (je m'expose puis je referme mes bras et l'autre referme ses bras et après il y a de nouveau l'ouverture pour laisser aller l'autre et moi aussi). Embrassement jusqu'à être capable d'aller avec l'autre. cf « le guérisseur blessé » ; on a tous une blessure où on cherche l'autre qui nous corresponde et on ne le trouve pas et chaque fois qu'on croit l'avoir trouvé on se rend compte qu'il n'est pas comme moi et qu'il n'est pas possible de vivre cette fusion. Donc on est dans le fantasme de la fusion.

Alors il faut :



- Consentir à la différence : Et cela s'accroît avec le vieillissement. Finalement l'autre n'évolue pas comme je le souhaiterais. L'autre est dans son chemin.
  - Consentir à entrer dans son histoire : Le soignant est-il un fournisseur de prestation ? Non, sinon l'autre est un objet. L'autre qui est soignant entre dans mon histoire. Cf Paul Ricoeur : oui on a une identité propre. Entrer en relation avec l'autre pour l'aider, le soigner, mais aussi lui permettre de se raconter. Il a une vie... une histoire.  
Se présenter = je ne peux pas me présenter si je ne suis pas là.  
Pour Ricoeur, l'identité c'est ce que je suis capable de raconter de moi-même et on raconte ce qui est racontable.  
Consentir à l'autre, c'est peut-être aider l'autre à entrer dans son histoire. Le travail sur les photos, c'est permettre à l'autre d'avoir toujours quelque chose à raconter. En même temps ne pas forcer donc consentir au mystère. Si je connaissais tout de quelqu'un ce serait comme un objet.
  - Consentir à son regard : Je regarde l'autre et cela est vivifiant mais cela veut dire que j'accepte le regard de l'autre. Se laisser regarder par l'autre... l'autre est un regardant. Se mettre à la hauteur.
  - Consentir à la réciprocité : Est-ce que la mère qui allaite est uniquement une fournisseuse de prestation ? Non, regard, toucher, sourire... Consentir c'est être dans une situation de réceptivité. Consentir c'est comment dans cette situation je peux être en capacité de recevoir. Quand tu ne dis rien tu es dans le refus...regarde quand même...
  - Consentir à l'impuissance : image du stabat mater : Marie est dans l'amour impuissant, dans l'espérance, dans la nuit. C'est le texte qui a été le plus mis en musique ; mais actuellement, cette image est forte : cf Shella Cassidi, soignante en soins palliatifs. C'est cela le plus difficile : de pouvoir dire : « non, je ne peux plus rien faire ».
  - Consentir au silence : là où surgit l'inattendu de la grâce...on a trop tendance à vouloir meubler. Là parle l'Esprit.
  - Consentir à la pauvreté : si on n'était pas dépendant on ne serait pas en besoin ; nécessité de s'approcher de Dieu ; la pauvreté ouvre au don à l'autre.
  - Consentir à la redéfinition des rôles : redéfinir et redonner une place à chacun.
- En somme, passer d'un VOULOIR FAIRE à UN VOULOIR ÊTRE.

*Résumé réalisé à partir des notes prises durant les deux conférences de Thierry COLLAUD*