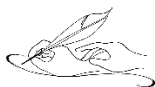


Christian LEMAIGNAN

**Apaiser la souffrance à
l'approche de l'autre chemin**

(à l'intention des Bénévoles en soins palliatifs)



Auxilivre

Du même auteur

Changer sa vie	AUXILIVRE (2022)
L'imprévisible destin	DOM Éditions (2019)
Le chemin de soi	DOM Éditions (2015)
La plénitude du vide	Éditions Librairie-Galerie Racine (2006)
L'errance	Éditions Librairie-Galerie Racine (2004)
Quelque part quelqu'un	Éditions Librairie-Galerie Racine (2002)

Copie ou reproduction interdites
Copie ou reproduction interdites
Copie ou reproduction interdites
Copie ou reproduction interdites

Infographie : Bénédicte AMMAR

Crédit photo : Adobestock.

Laissez-moi vivre encore un peu

Seul, dans des théâtres clos,
Des lieux sans futurs, sourds,
Une image, un rêve, un éclair,
Une émotion, un pleur, un sourire,

Seul, dans cette chambre, lieu privé,
Ce lieu de souvenirs en dépôts,
Une présence, une parole, une écoute,
Une caresse, une tendresse, une douceur.

Seul, le temps ne se délivre plus,
La mémoire s'absente, en attente,
Un être là signe le présent vécu,
Cet instant s'appelle l'éternité.

Seul, le souffle ranime les sens,
Une brise rafraichit les idées,
Une lueur provient de l'âme,
Et proclame : reste encore avec moi !

Copie ou reproduction interdites
Copie ou reproduction interdites
Copie ou reproduction interdites

Apaiser la souffrance à l'approche de l'autre chemin se réalise dans le cadre des soins palliatifs, et de l'accompagnement des personnes en maladie grave et/ou en fin de vie :

Les soins palliatifs sont des soins actifs dans une approche globale de la personne atteinte d'une maladie grave évolutive ou terminale. Leur objectif est de soulager les douleurs physiques ainsi que les autres symptômes et de prendre en compte la souffrance psychologique, sociale et spirituelle. Les soins palliatifs et l'accompagnement sont interdisciplinaires. Ils ne s'adressent au malade en tant que personne, à sa famille et à ses proches, à domicile ou en institution. La formation et le soutien des soignants font partie intégrante de cette démarche. Les soins palliatifs et l'accompagnement considèrent le malade comme un être vivant et la mort comme un processus naturel. Ceux qui les dispensent cherchent à éviter les investigations et les traitements déraisonnables. Ils se refusent à provoquer intentionnellement la mort. Ils s'efforcent de préserver la meilleure qualité de vie possible jusqu'au décès et proposent un soutien aux proches en deuil. Ils s'emploient par leur pratique clinique, leur enseignement et leurs travaux de recherche, à ce que ces principes puissent être appliqués.

Chapitre 1

L'Individu, la Personne, le Bénévole

1. Pour comprendre cette *approche globale de la personne atteinte d'une maladie grave évolutive ou terminale*, **il est nécessaire de se pencher sur l'individu d'aujourd'hui** : l'individu social, l'individu relationnel, l'individu éthique.

Si le fait d'être un individu est une épreuve, celle-ci est toujours sociale. L'activité de l'individu est autonome, mais les conditions de cette activité ne lui appartiennent pas. Aussi, la meilleure manière de définir l'individu est-elle certainement au plus loin des conceptions naturalistes de l'individu et de la société. L'individu est le travail par lequel un acteur essaie de se constituer comme un sujet en empruntant aux divers registres de l'action dans lequel il est enserré. C'est ce qui explique la réflexivité indispensable à la définition de tout individu puisqu'il n'y aurait pas, *a priori*, de réflexivité possible chez un acteur enfermé dans une seule logique d'action.

Si l'on accepte l'idée selon laquelle l'individu est de nature dialogique et qu'il se situe à l'intersection de plusieurs ensembles, de plusieurs sphères, il convient, en reprenant ici le raisonnement de Walzer (1997) sur les sphères de justice, de souligner deux obstacles à sa formation. Le premier est un effet de domination désignant la position de l'acteur dans chacun des registres d'action.

– L'individu social est privé d'identité, de racines, son Moi est soit vide, soit stigmatisé, soit réduit aux contraintes et aux disciplines. Parce que la société est un système d'intégration, l'individu participe de **l'individu social**.

– L'individu rationnel est privé de ressources d'action, ce qui l'empêche d'être propriétaire de lui-même car, pour jouer rationnellement, encore faut-il avoir des cartes et ne pas être emporté par la précarité. Enfin, l'individu peut être privé de sa propre image quand les industries culturelles qui construisent les représentations

culturelles de l'individu dépossèdent les sujets d'un rapport à eux-mêmes, soit parce qu'ils ne peuvent s'y reconnaître, comme dans l'image des corps trop parfaits de la publicité, soit parce qu'ils s'y engouffrent par la consommation. Le second effet défini par Walzer est celui de l'emprise d'une figure de l'individu sur toutes les autres : l'individu est alors dissout dans une identité communautaire qui l'avale et le dissout, il peut aussi se réduire à la « rationalité » du marché qui fait que son action n'en est pas véritablement une puisqu'elle n'est que le choix nécessaire des utilités disponibles ; parce que la société est un ensemble de marchés et de quasi-marchés, l'individu est un **individu rationnel**.

– Enfin l'individu peut se perdre dans une recherche obstinée et introspective de soi qui le plonge dans un vide narcissique. Ce sont ces risques et ces épreuves qui invitent à considérer l'individu comme un « travail » et donc, à s'interroger sur les méthodes qui permettent de le saisir, parce que la société moderne est aussi tendue vers un individualisme moral, l'individu est aussi un **sujet éthique**.

L'individu apparaît dans son activité plus que dans son « être », puisque son évidence empirique ne suffit pas à le fonder comme un objet immédiatement saisissable en tant qu'individu. L'individu étant à la fois l'accomplissement d'un programme, une machine cognitive et une volonté d'être un sujet, il faut apprendre à voir comment les individus s'y prennent pour être des individus. ¹

¹Fr. Dubet : *Pour une conception dialogique de l'individu*, EspacesTemps.net, Travaux, 21.06.2005
<http://www.espacestemp.net/articles/pour-une-conception-dialogique-de-lrsquoindividu/>

1.1. L'individuation : des mondes vécus simultanément

• *Le premier grand moment de l'individuation s'est notamment intéressé aux grands facteurs structurels de l'individuation. Peu d'éléments sociétaux ont été dans un premier moment autant mobilisés pour rendre compte de l'émergence de l'individu que le degré de différenciation sociale atteint par une collectivité. Le raisonnement est depuis devenu canonique dans la sociologie : à une société homogène, peu différenciée, avec peu de cercles sociaux, correspond un individu faiblement singularisé (et soumis à la « tradition ») tandis qu'une société complexe, hautement différenciée, produit un individu fortement singularisé (l'acteur de la « modernité »). L'individu apparaît ainsi comme une des conséquences majeures d'une société plus différenciée, où **il appartient à une pluralité de cercles sociaux**, croise un nombre chaque fois plus élevé d'inconnus, est soumis à une plus grande stimulation nerveuse de la part de l'environnement urbain, est destiné à accomplir un nombre croissant de tâches sociales (Simmel, [1908] 1999).*

Mais si la manière de concevoir l'individu est inséparable de la différenciation sociale, encore faut-il ne pas le réduire à cette seule dimension. L'histoire de l'individu en Occident est en effet à relier à une série d'autres facteurs importants. Il n'est ainsi pas exagéré d'affirmer qu'il n'y aurait certainement pas d'individu, de la manière dont nous le concevons aujourd'hui, dans les actes les plus ordinaires de la vie sociale, sans la mise en place, à la fin de l'Ancien Régime, d'un marché de travailleurs libres contraints de vendre leur force de travail. C'est dire à quel point l'individu est impossible à dissocier de l'importante production juridique qui lui donne justement sa valeur centrale dans la modernité, et impose la représentation d'un **sujet muni d'une liberté fondatrice le rendant responsable de tous ses actes**, bref, de l'intronisation de l'individu comme le principal vecteur de droit.

Autrement dit, l'analyse s'est davantage centrée sur les facteurs d'individuation (comme les appelait déjà d'ailleurs Durkheim) que sur

les expériences des individus. D'où la place importante très vite octroyée aux études sur les représentations historiques de l'individu — la « personne » (Mauss, [1938] 1997). L'idée d'individu souligne, même si son évidence sociale tend aujourd'hui paradoxalement à l'obscurcir, une représentation particulière de l'acteur, affirmant qu'il s'agit d'un tout unique et détaché qui existe par lui-même (Dumont, 1983). C'est dire à quel point l'étude de l'individuation est indissociable d'une représentation historique et normative particulière.

• L'attention s'est progressivement portée sur les expériences des individus et leurs épreuves sociales. Cette tendance a même connu un véritable emballement et renouvellement depuis une vingtaine d'années, autour de ce qu'on aura appelé l'individualisation. Derrière cette notion, notamment en Allemagne et en Angleterre, et d'une manière un peu différente et moins consensuelle en France, se répand l'idée que dans la mesure où la société (ou les institutions) ne sont plus censées transmettre de manière harmonieuse des normes d'action, il **revient aux individus de donner un sens**, grâce notamment à l'expansion de la réflexivité, à leurs trajectoires (Beck, [1986], 2001 ; Giddens, 1991 ; Dubet, 1994 ; Bauman, 2001). Notamment pour Beck, l'individualisation serait liée à la seconde modernité et à l'émergence d'un nouvel individualisme institutionnel : les principales institutions de la société seraient désormais orientées vers l'individu, contraignant alors chaque personne à développer et assumer sa propre trajectoire biographique. Une des tâches majeures de la sociologie serait même dès lors de rendre compte des conséquences ambivalentes de cette **injonction à devenir un individu**. L'individualisation désigne donc un nouvel équilibre dans la relation entre la société et l'individu.

Mais si l'individu et ses dimensions personnelles sont de plus en plus finement abordés (de l'intimité à la sexualité, des exigences de la formation continue aux expériences professionnelles diverses...), cela n'estompe pas, de même que dans les deux perspectives précédentes, le noyau analytique de cette démarche. *Y compris lorsqu'on se penche très finement sur les individus, ce qui retient l'attention ce sont d'une part les conséquences, auprès des acteurs, des changements sociaux*

en cours et d'autre part, le mode historique d'individuation qui se forge dans une période. Ce qui est, et reste au cœur de l'analyse, en dépit, insistons, du degré de minutie atteint dans la description, c'est le fait que **l'individu est sollicité** d'une manière de plus en plus singulière par un ensemble d'institutions sociales (éducation, droits, opportunité d'emploi, processus de mobilité sociale...), lui enjoignant de développer une biographie personnelle de plus en plus singulière — ce que souligne d'ailleurs justement la notion d'individualisation (*Danilo Martuccelli : Les Trois Voies de l'individu sociologique*).

Tracer sa route seul pour enfin vivre !

Nos compatriotes en sont à se dire « 'même si ça me coûte et quitte à être précaire, je veux être libre et je vais **faire comme je le sens en me recentrant sur moi** et mes proches ». Non pas pour mener une guerre contre le système qui finalement lui importe peu mais pour suivre son chemin. Cette absence de cohésion se ressent au sein même des familles politiques où des courants s'opposent et tracent aussi leur route dissidente. Cette tendance très intense entre joie ou euphorie et extrême solitude ou crainte, exprime ainsi un très grand paradoxe plutôt rassurant et constructif. Car s'il n'y a **plus d'espoir pour le collectif**, il y a un net regain d'optimisme **pour soi** qui se traduit par des initiatives entrepreneuriales et de la créativité.

Internet est l'outil de l'autonomie, le moyen de faire autrement, de passer outre. Avec lui **l'individu saute dans sa barque** et s'entraîne à y rester. Les réseaux sociaux grâce aux *selfies*, *snaphats*, *tweets* et autres posts permettent de se rassurer sur sa capacité à sortir du groupe, à être indépendant, à exister en se faisant de la publicité et à valoir quelque chose puisqu'on est suivi. Mais aussi à être ensemble.

Car, d'une part les utopies contemporaines ne motivent pas faute d'ouvrir de vraies perspectives, et d'autre part, il y a le sentiment d'une certaine inaptitude à accompagner **l'évolution individuelle vers le bonheur**.

« Ce gout affirmé et assumé pour le **profit et le patrimoine** est une des poussées les plus fortes de notre cartographie. Encore une fois c'est le besoin de liberté pour s'autoriser la richesse et la jouissance. Un plaisir immédiat qui n'a rien à voir avec le capitalisme des années 90 où il fallait bâtir un empire. D'ailleurs si *Gatsby le Magnifique* ou *Wall Street* ont rencontré un vif succès, ce n'est pas seulement grâce à leur qualité créative mais aussi parce qu'ils *détabouissent* l'argent » (Thibaut Nguyen, directeur du développement-qualistratégie de TNS Sofres)

1.2. Recentrage sur soi et ses proches : le défi à soi, pour soi.

Réactivité : attrait pour le gain tangible, concret.

Avec simplement 210 mots notés de -3 à +3 – mais qui en disent long car toujours les mêmes et structurant notre imaginaire et notre système de valeurs, le Baromètre des Valeurs des Français de TNS Sofres décode l'évolution de la société française. Cette toile de fond réactualisée tous les deux ans, depuis 1990, aide à mieux comprendre les valeurs et les aspirations qui animent nos compatriotes à travers 10 tendances.

Le poids des mots : inversement des tendances depuis 2012. À chaque période, certains mots sont plus ou moins utilisés en fonction des évènements et sont classés « chauds » ou « froids ». Ils sont extrapolés à travers des hypothèses d'analyse, puis croisés et confirmés via les actualités sociales, politiques ou tout ce qui a fait le buzz. Après *Refuges et compensations* (2006), *Boussoles et boucliers* (2008), *Faire avec* (2010), *Faire sans* (2012), le titre de la cartographie de 2014 annonce un scénario inversé par rapport à celui de 2012 entre cynisme et pessimisme, et impertinence et optimisme : « Moi, beau et méchant ».

En effet, le collectif représenté par le gouvernement, les structures administratives, la taille des entreprises ou le noyau familial

traditionnel ne sont plus du tout des valeurs refuges. De plus, face à l'absence d'un enthousiasme ambiant, plutôt que de s'effondrer les Français vont s'arc-bouter et prendre des risques (calculés) face à l'adversité qui n'est pas une fatalité. Non pas pour la société qui selon eux n'offre plus vraiment de porte de sortie, mais d'abord pour tirer leur épingle du jeu. Car par la force des choses ils se sont convaincus d'une part de leur potentiel et d'autre part que c'est leur seule manne.

Self-Autorisation : les mots « Justice », « Loi », « Obéir », « Sacrifice », « Règle » sont en forte baisse.

On s'autorise progressivement à jouer avec la règle, les normes, sans volonté réelle de changer la loi, ni de la faire évoluer pour tous, mais pour inventer une règle pour soi. Par conséquent, il existe une plus grande tolérance à l'égard des comportements en marge : des figures « hors la loi » voire « sombres et sulfureuses » sont reconnues, médiatisées et plébiscitées.

« Tout s'inverse par rapport à 2012 avec un net recul de la règle et de l'ordre vis-à-vis du cadre politique et sociétal qui s'écroule. Et c'est certain, il y a un grand ras-le-bol. Car, d'une part les utopies contemporaines ne motivent pas faute d'ouvrir de vraies perspectives, et d'autre part, il y a le sentiment d'une certaine inaptitude à accompagner l'évolution individuelle vers le bonheur. Résultat : plus le contexte se durcit avec l'effondrement de la crédibilité dans des personnes publiques et politiques marquées par les affaires, l'effritement de la gouvernance ou la difficulté à joindre les 2 bouts, plus on a le sentiment que suivre les règles établies ne paye pas. Alors on les contourne. Mieux on s'en invente des nouvelles. Signifiant une nette sécession vis-à-vis du vote, de la rentabilité de son entreprise, de son implication dans le travail... Cette tendance est à rapprocher d'une autre appelée Dérison-Colère et si bien incarnée par Le Jour de Colère et son manifeste ou Les Bonnets Rouges. La contestation a toujours existé comme en témoignent les mouvements Les Indignés ou Les Anonymes, mais là, la volonté de changer la règle n'était pas

aussi formelle. Maintenant on s'affranchit définitivement du collectif pour être autonome et décider de la façon dont on va avancer. »

T'es cap ? : les mots « Mort », « Angoisse », « Danger », « Soigner » sont en forte baisse tandis que « Victoire » est en forte hausse. Quand le manque d'horizon incite à repousser les frontières, on recherche l'extrême, on se met en danger pour vivre, on se prouve qu'on peut aller au-delà de ses limites... Ici se traduit le défi à soi, pour soi, sous toutes ses formes.

« Nos compatriotes en sont à se dire « 'même si ça me coute et quitte à être précaire, je veux être libre et je vais faire comme je le sens en me recentrant sur moi et mes proches ». Non pas pour mener une guerre contre le système qui finalement lui importe peu mais pour suivre son chemin. Cette absence de cohésion se ressent au sein même des familles politiques où des courants s'opposent et tracent aussi leur route dissidente. Cette tendance très intense entre joie ou euphorie et extrême solitude ou crainte, exprime ainsi un très grand paradoxe plutôt rassurant et constructif. Car s'il n'y a plus d'espoir pour le collectif, il y a un net regain d'optimisme pour soi qui se traduit par des initiatives entrepreneuriales et de la créativité. Ce n'est pas forcément un choix et souvent ils sont sous pression, mais ils sont prêts au meilleur comme au pire et surtout à tout casser pour refonder. Le mouvement Slashers (***) est un exemple parfait du choix des trentenaires et quarantenaires à envisager le travail en exerçant plusieurs métiers. Tout comme les communautés collaboratives qui permettent de reconstituer son propre réseau. Qu'il s'agisse de troc, de location, d'entreprise de particulier à particulier, de tutoriels..., ce modèle va bouleverser l'activité économique. Cette « Re-individuation » libératrice est le versant positif de la colère ».

De l'or ! : « Richesse », « Or », « Argent », « Propriété », « Héritier », « Acheter », « Bijou » sont en forte hausse. Le tabou sur les signes extérieurs de richesse se lève et révèle un attrait pour le gain tangible, concret. Et si l'argent faisait finalement le bonheur ! (Thibaut Nguyen)

« Le couple à double carrière, une figure qui réinvente les frontières entre vie privée et vie professionnelle », éditions CS

De plus en plus nombreux, les couples à double carrière — c'est-à-dire ces couples où chacun des partenaires occupe un poste à responsabilité — disent bien sûr le succès de la révolution féministe des années soixante. Aujourd'hui, ils nous interrogent plus particulièrement sur leur manière de fonctionner. Sachant l'implication personnelle qu'exige une carrière de cadre, sachant encore ce qu'implique une vie conjugale, reconnaissant enfin ce que demandent une famille et le fait d'élever des enfants, comment ces hommes et ces femmes articulent-ils leurs ambitions professionnelles et leurs désirs personnels ? Comment se distribuent les priorités des uns et des autres ? Quelles concessions sont faites de la part de chacun des sexes ? Sur quelles règles s'établit la vie de famille ? Enquête auprès de couples qui dévoilent les rouages nouveaux mis en place par ce nouveau type sociologique de couple.

Étude pionnière, le travail de Sandrine Meyfret² s'emploie à comprendre comment les couples à double carrière parviennent à faire coexister les vies intime et professionnelle, la famille et l'entreprise, l'individu avec tout ce que cela suppose d'envie de se réaliser et la cellule conjugale non moins demandeuse d'attentions. Où l'on voit ainsi émerger des solutions nouvelles, une remise en question des rôles attribués au sexe, des discussions plus que des négociations autour du temps consacré à telle ou telle sphère de l'existence, des fonctionnements économiques originaux... Où, somme toute, l'on assiste, au cours de cette analyse instructive, à la confluence des divers courants sociologiques, à une totale reconfiguration du couple.

² **Sandrine Meyfret** est directrice associée, consultante, sociologue et conférencière. Elle est spécialisée dans le management, le leadership et la question du genre. Titulaire d'un executive MBA HEC, elle est engagée dans la vie socioprofessionnelle depuis 25 ans en exerçant des fonctions de présidence ou de management.