



Le Lien

jalmalv-nantes

Octobre 2023

N°104

"C'est l'émotion partagée qui crée le lien entre les hommes" C. Bagot

ÉDITORIAL

La confiance

D'étymologie latine, ce nom découle du verbe confier : "cum " = avec et "fidere" = fier.

Il signifie qu'on remet quelque chose de précieux à quelqu'un, en se fiant à lui et en s'abandonnant ainsi à sa bienveillance et à sa bonne foi.

La confiance en soi est la certitude qu'on est apte à se confronter à la vie, qu'on a les capacités d'avancer, l'assurance de se fier à soi-même.

La confiance en l'autre est la sensation qu'on peut compter sur l'autre, s'en remettre à lui, se décharger sur lui, s'ouvrir à lui, se fier à lui.

La confiance est le sentiment de réassurance, de sécurité que la personne inspire. C'est un lien de confiance.

Elle est fondamentale car, sans confiance, il serait difficile d'envisager l'existence même des relations humaines. Elle rend possible le développement de la sociabilité et le fonctionnement de la démocratie.

Et nous, bénévoles d'accompagnement, sommes touchés par cette confiance qui nous est si souvent accordée, et qui vient de ce que les personnes rencontrées perçoivent que nous sommes vrais, là pour eux. Elles sentent qu'elles peuvent partager ce qu'elles ressentent sans crainte d'être jugées, d'être rejetées, d'être ignorées.

Cette relation de confiance peut être spontanée, elle s'établit facilement et rapidement.

Cette confiance est une des clés de la magie de la rencontre : "Ce que tu fais me touche, ce que je fais te touche".

Yvonne BELLOCQ
Présidente JALMALV



JALMALV

Jusqu'à La mort accompagner la vie.

Association loi 1901

Siège social de JALMALV NANTES :

23, rue des renards

44300 NANTES

Tél./fax : **02 51 88 91 32**

Email : jalmalv-nantes@orange.fr

Site : www.jalmalv-nantes.fr/

Siège social de la fédération JALMALV :
(reconnue d'utilité publique)

76, rue des Saints-Pères

75007 Paris

Tél. 01 45 49 63 76

Email : federation.jalmalv@outlook.fr

Site : www.jalmalv-federation.fr/
dépôt légal à parution

L'équipe de Rédaction

Responsable de publication :

Yvonne BELLOCQ

Rédaction :

Marie-IRELAND et la Commission

Mise en page : Gérard FRIBAULT

Relecture : Marie IRELAND.

Mise en œuvre : Véronique BUSSON.

Autres rédacteurs :

Les responsables de l'association... **et vous les adhérents !**

N'hésitez pas à nous transmettre vos idées et vos textes.



Contactez le: 02 51 88 91 32

marie.ireland@orange.fr

Pour une bonne tenue du planning de parution, merci de proposer vos articles avant le 15 décembre 2023.

Thème du Lien N°105

"Certitudes et incertitudes"

Permanences

Les permanences sont assurées par Véronique

Du lundi au Jeudi de 9h à 16h
le **Vendredi** (distanciel) de 9h-13h

La confiance, condition de la liberté

Notre modernité est soucieuse de donner le plus possible de liberté à chacun et c'est heureux. Qu'une personne soit en situation de handicap ou affaiblie par le grand âge et la dépendance, il est légitime de lui offrir les occasions, si minimales soient-elles, de prendre les décisions qui la concernent, autant qu'il est possible. Mais cette liberté n'est pas assimilable à une souveraineté absolue de l'individu sur lui-même. Même les personnes bien portantes ne sont pas autosuffisantes en raison de l'interdépendance qui régit les rapports humains : nous dépendons les uns des autres pour l'ensemble de nos activités. Pour prendre un exemple simple, je peux exercer ma liberté de déplacement par le train parce que j'accepte de me mettre sous la dépendance d'un système ferroviaire et des personnes responsables de son bon fonctionnement. La liberté se présente ici clairement sous une forme relationnelle. À y bien regarder, la liberté s'exerce à la condition de donner sa confiance à autrui.

Donner sa confiance, c'est une forme d'abandon de soi à d'autres que soi. Ainsi, le législateur français a choisi d'appeler « personne de confiance », l'individu que chacun d'entre nous peut nommer pour donner un avis ou faire part de nos décisions dans le cas où notre état de santé ne nous permettrait plus de nous exprimer directement devant un médecin. Nommer une personne de confiance, c'est donc se fier à elle, pour qu'elle fasse respecter nos volontés, et donc défendre notre liberté, même en cas d'incapacité à nous exprimer directement. Dans cet exemple, l'abandon confiant n'est pas une abdication de la liberté, mais un moyen de l'exercer. La liberté revendiquée est clairement une liberté relationnelle.

La confiance est aussi au cœur de la relation de soin. Le philosophe Paul Ricœur définissait l'alliance thérapeutique comme « un pacte de soins basé sur la confiance ». Qu'est-ce à dire ? Un être souffrant s'adresse à un soignant supposé pouvoir soulager et peut-être guérir. Il fait confiance à sa compétence et à son aptitude à lui proposer les meilleures options possibles pour son traitement. Réciproquement, le médecin fait confiance au récit de son patient pour établir son diagnostic et à l'engagement de ce dernier à suivre scrupuleusement le traitement décidé. Là encore,

la liberté affirme sa dimension relationnelle, par la médiation d'une confiance partagée.

Il est sans doute urgent de rappeler, en un temps où la liberté réduite à une forme d'autosuffisance semble dominer nos représentations, que la confiance est au cœur des relations humaines. C'est d'autant plus indispensable que la méfiance paraît normer les rapports humains comme en témoigne l'atmosphère parfois pesante créée par les messages répétés dans les lieux publics : « Attention aux pickpockets, aux bagages suspects ! ». Nous sommes invités à la circonspection et même à la suspicion face aux démarchages au domicile ou par téléphone, aux tentatives d'escroquerie de toute sorte : « Attention aux fraudes, aux arnaques ! ». Inutile de rappeler à quel point, la période du Covid a exacerbé la méfiance généralisée dans la dangerosité potentielle de toute rencontre humaine. Les conseils de prudence sont certes responsables, mais ce ne sont pas des invitations à la confiance !

Il faut pourtant clamer qu'il n'y a pas de monde commun, ni même d'existence vivable sans un fond de confiance primordiale. Ce n'est pas la méfiance qui est originaire, c'est la confiance. Par la naissance, par le fait de la natalité, l'enfant que nous avons été, est entré dans le monde. Littéralement, il a été « mis au monde ». Mais que veut dire « mis » au monde sinon « confié » au monde et, en retour être invité à vivre dans le monde, à lui faire confiance ? Le petit d'homme n'a d'autres ressources que celles de se fier à autrui, de se confier à ce monde auquel il a été confié. Et l'homme adulte restera cet enfant pour beaucoup de ses actes. Il s'agit là d'une confiance originaire éprouvée avant toute confiance empirique, particulière. Sans nul doute la vie se chargera de nous apprendre que l'on ne peut pas avoir confiance en tout ce qui se produit dans le monde, que tout n'est pas fiable. Mais confiance et méfiance, fiabilité et non fiabilité ne pourront se déployer que sur le sol d'une confiance originaire. Que serait la vie si, à chaque fois que nous demandons notre route à un inconnu, nous le soupçonnions de vouloir nous égarer, ou encore quand nous commandons un verre, nous suspicions le garçon de café de chercher à nous empoisonner ?

Jacques Ricot



La confiance en renfort : Un voyage avec Francette.

Nous accompagnons à l'hôpital de Vertou. Dominique : Il y a quelques mois, nous avons fait la connaissance de cette vieille dame tourmentée que nous appellerons Francette, une âme en proie à de profondes angoisses et une colère palpable. Sa souffrance et sa colère faisaient écho en moi et je n'arrivais pas à rester serein ; j'étais moi-même contaminé par sa colère. Je me suis alors tourné vers Lydie pour lui demander de prendre le relais.

Lydie : J'ai accepté de visiter Francette seule, tout en restant en lien constant avec Dominique. Nous avons l'habitude de nous retrouver chaque fin d'après-midi pour échanger et partager nos moments forts.

Dominique : Cette habitude de collaboration renforce la confiance mutuelle, maintient notre dynamique et dans cette histoire précise, j'ai bénéficié de la patience de Lydie pour gagner en capacité d'accompagnement.

Lydie : J'ai ressenti le poids de la souffrance de Francette et j'aurais peut-être flanché moi aussi si je n'avais pas éprouvé profondément que je n'étais pas seule à l'accompagner. Sur ce chemin, nous n'étions pas deux,

Francette et moi, mais trois, avec Dominique et bien plus, avec la famille que je rencontrais, sans oublier le groupe de parole, dépositaire bienveillant de nos difficultés.

Cet accompagnement s'est étalé sur 10 mois. Au fil de nos visites, Francette a commencé à donner des signes de détente. Au terme de son existence, il semble qu'elle ait trouvé un peu de réconfort et un certain apaisement. La famille a reconnu le calme qui avait remplacé les tempêtes intérieures. Le courrier adressé à JALMALV "remercie les 2 bénévoles qui ont visité" leur mère. Cette reconnaissance est un reflet du lien de confiance qui a uni Francette, sa famille et nous mêmes. Ce voyage avec Francette nous rappelle que la confiance transcende les défis, apaise les douleurs et soutient notre cheminement. Il nous conforte dans notre engagement à poursuivre avec la confiance en la Vie, la force de l'intention et la puissance de la compassion.

Dominique et Lydie
Bénévoles d'accompagnement

La confiance dans la rencontre

Je suis un « bénévole débutant » et cette question de la confiance s'est imposée très vite à moi lors de la formation. « Saurai-je pousser la porte lors de la première fois ? » revenait souvent dans mes propos. Après un an de pratique, elle a évolué.

Lors de chaque accompagnement, il n'est pas question, selon moi, d'« avoir confiance ». Cette expression me situerait dans le domaine de l'avoir et évoquerait un sentiment illusoire de possession d'une qualité, un état de fait et donc un aboutissement. Au contraire, la confiance renvoie pour moi à l'être, à une évolution. Sans doute à une transformation permanente vécue dans le concret des accompagnements.

Au CHU, dans le service MPU6, pousser la porte, c'est toujours vivre de l'inédit, du « nouveau ». Chaque patient est unique et chaque rencontre m'impose de me

replacer dans l'« ici et maintenant » pour être pleinement à l'écoute et donc accueillir. Avec le temps, j'ai découvert que la "vraie" question est en fait celle de la justesse : être juste au plus près de celui que je suis, sans prétention et sans excès. Donc expérimenter l'humilité en entrant dans la chambre.

Et cette tension vers la posture juste est aujourd'hui essentielle pour moi. Mais je ne peux affirmer que j'inspire confiance à l'autre. Seule la qualité de la rencontre peut rendre visible ce quelque chose d'indicible qui survient dans le silence, les regards ou les mots.

Ce lien, qui parfois se manifeste dans la densité de l'entre-deux, c'est peut être cela la confiance.

Denis
Bénévole d'accompagnement

Pistes pour construire la confiance

La confiance ne se décrète pas. Il nous appartient donc de mettre en œuvre collectivement un environnement propice où elle puisse prendre racine et pousser telle une plante. Et celle-ci, pour croître, aura besoin d'être nourrie au quotidien. Pour créer de la confiance entre les « habitants » d'un ehpad - qu'ils soient résident, famille, salarié ou bénévole, l'écoute, la bienveillance et l'équité sont indispensables. Et puis il faut du temps. Beaucoup de temps. Pour se découvrir, apprendre à travailler ensemble et avec la personne accueillie. Parce que cette dernière se sentira en sécurité, reconnue, écoutée, elle nous fera l'honneur de nous accorder sa confiance. Alors nous pourrons l'accompagner au mieux.

Il en va de même pour les relations interpersonnelles entre salariés, salariés et bénévoles, quel que soit leur champ d'intervention. Nous encourageons une communication transparente et ouverte, dans le respect de chacun. Notre objectif doit être de s'enrichir collectivement de la connaissance et de l'expérience des uns et des autres et de les mettre au service des projets d'accompagnement personnalisé des résidents.

À bien y réfléchir, établir cette confiance mutuelle est le socle du vivre ensemble au sein de notre établissement !

Marie Gabrielle
Directrice d'EHPAD

LE COIN ASSOCIATIF "SPAMA"

SPAMA est une association d'accompagnement pour les parents confrontés à la fin de vie de leur bébé et au deuil périnatal. Elle vient les aider à affronter la complexité des émotions traversées, face à l'absence de leur bébé et au vide qu'il laisse, à cheminer face aux questions qu'ils se posent au quotidien et au sens à redonner à leur vie.

L'association est apolitique et non confessionnelle.

www.association-spama.com –ligne d'écoute : 07 87 85 37 81

VIE ASSOCIATIVE (AGENDA)

- **Journée Jalmalv Grand-Ouest** (9 associations) à St-Grégoire (Ille-et-Vilaine), samedi 7 octobre 2023
- **Journée mondiale des Soins Palliatifs** jeudi 12 octobre 2023 à 20h à l'Espace Beaulieu Adelis
9 bd Vincent Gâche à Nantes - entrée gratuite. Pièce de théâtre « qui arrosera les plantes quand je ne serai plus là ? » par la Cie Rev'en Scène et MaCie
- **Soirée-débat**, organisée par l'association REPÈRES 44, gratuite et ouverte à tous, le mardi 3 octobre 2023 de 19h à 21h à la Maison des Syndicats de Nantes (salle A), 8 place de la Gare de l'État à Nantes sur le thème :
« le risque suicidaire : en parler pour avancer ».
- **Réunion de sensibilisation** mardi 14 octobre 2023 de 9h à 17h au CNAM, 25 bd Guy Mollet à Nantes
- **Formation deuil adultes à Jalmalv Paris** : 2ème module les 10, 11 et 12 novembre 2023
- **Début de la formation initiale Jalmalv** : samedi 2 décembre 2023 à l'HAD, Parc Bois Cesbron,
1 rue Guillaumet à Orvault

LE COIN LITTÉRAIRE

« Oser faire confiance » d'Emmanuel DELESSERT- Editions Desclée de Brouwer - Extraits -

Dans l'expérience du deuil se dessine une rupture profonde avec la réalité, car la mort ébranle les fondements de notre présence au monde.

Elle excède nos forces et menace de nous emporter dans le désespoir et la tristesse. Cette rencontre avec l'absurde constitue la limite de notre emprise sur les choses. Dans ce face à face avec l'irrationnel, notre impuissance est criante.

Pourtant, elle n'est pas totale, puisque nous y apportons une réponse par le resserrement du lien. Faire confiance, dans un tel cas, c'est mettre de l'humain entre soi et l'absurde, c'est conférer à ceux qui nous entourent le rôle de nous renvoyer le sens de la joie, la beauté même du monde que nous croyons avoir perdu...

Dans un enterrement se joue une bataille où chacun y va de son coup porté à la bête muette qui s'est invitée. Ici une parole, là une anecdote, puis quelques vers.

Chacun prend le témoin et offre quelques pas de funambule, arrache un sourire avant de se retirer pour reprendre souffle et inspiration. Au cœur de la douleur, faire confiance, c'est s'en remettre à l'humain comme unique horizon dans ce moment où le réel nous impose sa violence et où il n'est plus possible d'y percevoir distinctement sa place.

Nos derniers livres

« Oser faire confiance » d'Emmanuel Delessert aux éditions Desclée de Brouwer

« Calmer sa peine » d'Amanda Castello éditions Hachette livre

LE COIN DES POÈTES

"Avoir" confiance. On "n'a" jamais confiance. La confiance ne se possède pas.

Ça se donne. On "fait" confiance .

Eric Emmanuel Schmitt