



# La Vulnérabilité

## Pratiquer l'empathie



Il y a quelques années, lors de mes études en Ethique dans les soins de santé, j'ai été sensibilisée au Care. La considération pour les patient·e·s, en particulier les plus vulnérables ne s'arrête pas face aux personnes âgé·e·s, râleur·se·s ou qui sentent mauvais. Cette affirmation est certainement un rappel important. Elle a d'ailleurs fait écho dans mon esprit... j'ai pensé aux patient·e·s que je qualifie de "*Gluants*". Il n'y a aucune intention péjorative dans le choix de ce mot : je me réfère ici à ces personnes dont la souffrance est telle qu'elle transparaît dès qu'on l'illumine de notre regard. Elle suinte par tous les pores de la peau au point que je pourrais la toucher du doigt. Parfois, j'hésite un peu à m'en approcher... Et si ça restait un peu collé à ma peau ?

Une fois rentrée, quelque part un soir de janvier 2016, je suis retournée feuilleter mes notes de supervision. Sans trop savoir ce que je cherchais d'ailleurs. Et puis j'ai été frappée de voir qu'une grosse partie des situations que j'avais choisi d'aborder en supervision sont celles où il m'a été impossible de faire preuve d'empathie avec l'une ou l'autre partie. En particulier ces patient·e·s "*gluant·e·s*" et ces soignant·e·s "*froid·e·s*" aux discours précisément tranchants et rigides. Et en rouge, j'y ai écrit les conseils de ma superviseuse : « importance du travail sur soi », « trouver une source d'empathie », « la sincérité de la démarche ».

Naturellement, être d'une empathie sincère ça ne se commande pas! En réalité, la distance que je m'impose ou qui m'est imposée m'empêche d'être dans une relation de confiance suffisante pour être multipartiale (que je préfère à l'impartialité). Or c'est justement la multipartialité qui me permet d'offrir une écoute de qualité à mes interlocuteur·rice·s. Mais comment faire si je reste dans un certain malaise ? Et comment faire preuve d'empathie avec ces autres que je ne comprends pas ou que je redoute ?

### Puis la terre se mit à trembler

Quelques jours plus tard, un événement tragique a eu lieu dans un hôpital psychiatrique où je travaille. La violence d'un passage à l'acte que tout le monde redoute nous explose au visage. Le traumatisme est réel, pour moi comme pour d'autres.

Je m'attendais à ce que beaucoup de patient·e·s viennent parler avec moi de leurs peurs et de leurs angoisses, ce qui s'est vérifié. Par contre, je ne m'attendais pas à la visite de tous ces professionnel·le·s qui sont venus lâcher prise dans mon bureau. Pourtant il ne me semblait pas avoir noué de liens particuliers avec la plupart. Qu'est-ce qui a fait qu'iels se sont sentis suffisamment en confiance avec moi ?

En réalité, la réponse m'importait peu. Ce qui m'a intéressée était de savoir pourquoi j'étais aussi étonnée de cette recherche de soutien de la part des professionnel·le·s et non de la part des patient·e·s. Puis il m'est venu une idée : et si depuis toutes ces années, je m'étais trompée en me focalisant uniquement sur la vulnérabilité du patient·e ? Et si en réalité, tous ces soignant·e·s (aussi froid·e·s qu'iels aient pu me paraître par le passé) étaient tout aussi vulnérables dans leur recherche de sens à la Folie ? Et si ce drame avait fait exploser l'illusion des certitudes et le temps d'un instant, iels se sont senti·e·s extrêmement vulnérables dans la pratique de leur art ?

Depuis, la vie a repris son cours. La conjecture des deux événements, la découverte de l'éthique du Care et cette agression violente, a permis de nourrir mon éthique de travail. J'ai compris à quel point la vulnérabilité fait partie de la condition humaine : de la naissance à la mort, nos vies sont soumises aux risques de blessure morale et physique. Les prestataires, ces "*expert·e·s du soin*", sont soumis·e·s à la même potentialité de « heurts » que d'autres... Le contexte de la psychiatrie confronte à la souffrance humaine dans ce qu'elle a de plus brut. Notre propre existence nous soumet à ces heurts indésirables, nous les subissons mais nous pouvons également nous en animer pour agir.

\*\*\*\*\*

J'ai eu une petite illumination depuis. *Un peu comme avec l'eau* : pour savoir qu'elle mouille, il faut faire l'expérience de son contact. J'ai finalement compris que la vulnérabilité de la condition humaine était un point commun entre mes interlocuteur·rice·s (soignant·e·s ou patient·e·s) et ma personne.

### **Une source d'empathie ?**