Pour le bonheur d'aider

Le Chênois *a rencontré Myriam Jaquet Boccard, une habitante de Chêne-Bourg qui est bénévole à l'Association Entrelacs. Cette institution offre, depuis 1992, un accompagnement d'écoute, de partage et de soutien pour une meilleure qualité de vie à l'approche de la mort aux personnes en fin de vie et à leurs proches.*

N'est-ce pas un peu dur de s'occuper de personnes qui souffrent sans espoir de guérison?

C'est la question que tout le monde me pose, mais ce n'est absolument pas le cas. Il n'y a rien de morbide dans ces rencontres. Bien au contraire! Quand je sors de l'une d'entre elles, je me sens plus "vivante", je suis plus attentive aux autres, au monde. Ces personnes qui sont parfois à la veille de la mort n'ont plus de temps à perdre, elles ne font donc plus semblant, elles sont dans l'authentique, dans le vrai. La relation est donc d'une qualité exceptionnelle. Et même si nous restons dans le silence, ce silence est "riche"! Elles me mettent aussi en face de ma propre finitude et m'encouragent à aimer ma vie telle qu'elle est. D'autre part, la maladie et les ravages qu'elle peut provoquer permettent de prendre conscience que rien n'est acquis dans la vie, qu'il faut savourer d'autant plus les petits riens du quotidien; finalement, de vivre plus consciemment.

Est-ce que ce n'est pas déprimant de savoir que la personne que vous rencontrez ne sera peut-être plus là dans six mois ou un an?

J'accepte de me laisser toucher par cette souffrance! Evidemment que je suis extrêmement triste lorsque la personne s'en va, car une tendresse et un attachement s'installent immanquablement après une année, voire plus, passée ensemble. Mais j'accepte cette tristesse sans pour autant qu'elle me déprime. J'aimerais ajouter qu'à nos yeux, même à la fin, ce ne sont pas des mourants: ils restent des "personnes" jusqu'au bout.

Est-ce que les personnes que vous visitez acceptent la mort?

Dans mes expériences d'accompagnement, je n'ai suivi que des personnes qui finalement (car on ne peut pas empêcher la souffrance du processus) acceptaient la perspective de leur mort en étant calmes et sereines. C'est aussi une leçon de vie qui personnellement m'a fait du bien, savoir qu'il est possible d'aller jusqu'au bout dans la sérénité.

A quel moment prend-on contact avec Entrelacs?

Dans la plupart des cas, lorsque les personnes prennent contact avec l'association, elles ne sont pas en toute fin de vie. Elles viennent en général de recevoir la nouvelle éprouvante d'un diagnostic très pessimiste qui ne leur donne que quelques mois à vivre. Elles éprouvent le besoin de parler, sans connotation religieuse ou psychologique. Elles ont peut-être envie de régler des conflits qui existent avec leur entourage, elles nous en parlent et parfois même sollicitent notre aide pour réinstaurer un dialogue.

A l'heure actuelle, l'association est confrontée à un fait nouveau: de plus en plus de demandes viennent de gens qui ne sont pas en fin de vie, mais qui vivent dans une solitude douloureuse et qui recherchent quelqu'un pour les écouter. La souffrance qu'ils vivent n'est pas physique mais morale. Nous reconnaissons leurs souffrances et, pour l'instant, nous arrivons aussi à nous occuper de ces personnes.

Ce sont donc en général des gens seuls?

Certains sont très seuls, alors que d'autres sont bien entourés par leur famille. Malgré cela, la bénévole a son propre rôle. Ces personnes peuvent nous confier des peurs, des peines qu'elles n'oseraient pas avouer aux membres de leur famille pour ne pas les inquiéter plus qu'ils ne le sont déjà. Avec nous, elles peuvent aussi se sentir plus libres de parler de leur mort, car nous sommes évidemment moins affectées que leurs propres enfants. Et il faut que leurs angoisses puissent se dire.

Comment sont les rapports avec la famille?

Cela se passe en général très bien, même si parfois il peut y avoir des tensions, surtout si la famille n'a pas participé à la prise de décision de faire appel à une bénévole. Au début, les membres de la famille peuvent culpabiliser en se disant qu'ils ne sont pas à la hauteur, qu'ils n'en font pas assez pour accompagner leurs proches. Ensuite, ils se rendent compte de l'importance pour le ou la malade de pouvoir raconter tout ce qu'ils ont sur la conscience sans qu'il y ait jugement de la part de l'interlocuteur, ni de parti pris. Notre rôle à nous est d'être neutre, quelqu'un qui écoute sans porter de jugement, qui accepte le point de vue de la personne en fin de vie, qui la valorise.

Est-ce que vous accompagnez plusieurs personnes en même temps?

Cela dépend essentiellement des disponibilités des bénévoles. Au tout début d'une relation, nous ne visitons généralement les personnes qu'une fois par semaine. Mais au fur et à mesure que la condition physique de la personne se dégrade, nous pouvons être amenées à lui rendre visite beaucoup plus souvent. Ce qui n'est pas toujours évident lorsqu'on accompagne plusieurs personnes.

Qui vous met en relation avec les personnes en fin de vie?

Parfois les enfants eux-mêmes font appel à des bénévoles, soit parce qu'ils ont un emploi du temps trop chargé, soit parce qu'ils habitent loin ou aussi par peur de l'intime avec leurs parents. Ce peut être les assistantes sociales ou le personnel des EMS qui nous mettent en relation avec ces personnes. Dans mes expériences, ce fut en général l'infirmière à domicile qui m'a amenée à rencontrer mon "accompagnée", à nous présenter. Ces personnes sont très heureuses que nous mettions de notre temps à leur disposition. C'est un moment que j'apprécie beaucoup: la rencontre de l'autre, c'est tout un vécu que l'on va être amené à découvrir.

Qui sont les bénévoles de votre association?

Nous sommes en majorité des femmes. Nous avons envie d'exprimer notre compassion d'une manière active. Mais avant de pouvoir devenir bénévole, il nous faut faire une formation sur une année. Et ce n'est qu'à partir du moment où nous avons terminé cette formation que nous sommes en mesure d'aider ces personnes en fin de vie. Personnellement, j'ai adoré cette année de formation et je l'ai vécue comme un formidable développement personnel!

Etes-vous rétribuées?

Nous ne sommes absolument pas rétribuées et nous n'avons d'ailleurs pas le droit d'accepter de cadeaux de nos patients. Et s'il a pu arriver que certaines des personnes qui sont décédées avaient demandé à leurs proches de verser au bénévole une petite somme d'argent, dans ce cas, cet argent est immédiatement reversé à l'association.

En fin de compte, êtes-vous des bonnes sœurs, des psys ou des saintes?

Rien de tout cela, juste des personnes qui ont envie d'aider leur prochain, d'adoucir leur fin de vie autant que nous pouvons. On ne cherche pas à "faire le bien", mais juste à être là, à partager un moment de leur vie... à être dans l'humain tout simplement! ■

Propos recueillis par
Jean Michel Jakobowicz

Association Entrelacs
www.entrelacs.ch
Permanence-Conseil Gratuit
Pour toute demande d'accompagnement,
+33 450 48 40 67 (Lydia Müller)
ou 022 740 04 77 (Entrelacs).