

MANUEL DE FORMATION : LE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL

Michel Berclaz

6.5. Choc traumatique et soutien spirituel (Maurice Gardiol et Cosette Odier)¹

Qui ne s'interroge pas sur soi-même ne vit pas une vie humaine
Platon (Apologie de Socrate I,28)

(Ajouter citations de diverses traditions religieuses)

Depuis quelques années, de multiples contacts ont été établis entre communautés religieuses de Genève et avec la cellule d'accueil pour intégrer la possibilité d'un soutien spirituel au soutien psychosocial déjà proposé. Les diverses rencontres de formation et de dialogue nous ont amenés à la réflexion suivante.

➤ Repenser le spirituel et le religieux

Les approches globale et intégrante de la personne humaine qui ont cours aujourd'hui nous ont permis de dépasser en partie le rationalisme et le scientisme positiviste qui, dans le courant du 20^{ème} siècle, ont entraîné une compréhension parcellisée de l'individu. Ce discours était renforcé, sur le plan religieux, par une conception néo-platonicienne opposant l'âme et le corps. Cette manière de voir a eu pour conséquence qu certains méprisèrent le "soma" (corps) et que d'autres considéraient l'"anima" (âme) comme un concept irrationnel et archaïque que l'esprit scientifique éclairé par les lumières de la raison se devait de dénoncer.

La résistance et la persistance du sentiment religieux, en dehors même des institutions traditionnelles qui étaient sensées le gérer et le promouvoir, la mise en évidence des troubles psycho-somatiques, ainsi que la confrontation à d'autres cultures par le métissage que vivent nos sociétés modernes, nous obligent à corriger notre regard sur l'humain et à redécouvrir la complexité de l'existence de chaque individu. dans tout ce qui la constitue par de permanentes interactions².

"L'existant est plus que la vie" affirme un philosophe contemporain s'appuyant sur les réflexions de Kierkegaard et de Paul Ricoeur³. C'est ainsi qu'il peut écrire : " L'existant n'est pas un vivant qui se réduit à sa fonction et qui, par conséquent, pourrait s'expliquer par un ensemble de causes et d'effets. L'existant est un vivant en quête de sens, donc qui se situe dans le temps, donc qui est conscient de sa finitude. Dire qu'il est en quête de sens, c'est affirmer du même coup qu'il est habité de liberté et donc qu'il ne se réduit pas à ce que l'on peut en savoir ou en dire par des explications basées sur le principe de causalité... "

¹ Maurice Gardiol est diacre de l'Eglise protestante de Genève, coordinateur du groupe inter-religieux de soutien spirituel en cas de catastrophe. Cosette Odier, pasteure, est formatrice en éducation pastorale clinique au CHUV. Le texte de cet article a été retravaillé par le groupement interreligieux lors d'une journée de travail en septembre 2003.

² Il est intéressant de noter à cet égard que la nouvelle Constitution du Canton de Vaud affirme dans son article 169, al. 1 : « L'Etat tient compte de la dimension spirituelle de la personne humaine. »

³ Michel Cornu, bulletin du Centre protestant d'études, Genève – juin 2002

Ainsi, est-il nécessaire aujourd'hui de distinguer la dimension spirituelle de la dimension religieuse.

Dans notre culture occidentale principalement, bien des questions existentielles se posent dans des termes spirituels sans que les personnes soient forcément rattachées à des communautés religieuses. S'il n'est pas question de vouloir récupérer ces démarches, nous nous rendons pourtant compte que ces questions sont proches de celles que posent, en termes religieux, les personnes qui pratiquent une religion et appartiennent à une communauté.

➤ **Choc traumatique et spiritualité**

Si certaines formes de religiosité peuvent paraître alimenter des croyances magiques, des comportements de fuite ou diverses superstitions rassurantes⁴, nous devons reconnaître que pour beaucoup de gens la foi est une ressource. Elle leur permet de nourrir une spiritualité et une communion " reliant " à une transcendance où chaque histoire individuelle s'inscrit dans un projet plus vaste, en lien avec l'histoire et la culture de sa communauté.

Profondément cela donne un sens, une orientation à leur existence. Le verbe français " s'orienter " signifie étymologiquement " se tourner vers l'Orient ", c'est-à-dire symboliquement vers le lieu d'où vient le sens des choses et des êtres. Nous avons l'habitude de dire que lors d'un choc traumatique, nous sommes désorientés. Pas seulement dans le temps et dans l'espace, mais aussi dans le lien à nos repères habituels. Cette désorientation peut se trouver dans des expressions populaires telles que :

" Qu'est-ce que j'ai fait au bon Dieu ? "

" Pourquoi cela m'arrive-t-il à moi ? ", etc.

Elles font apparaître un sentiment d'injustice et d'abandon révélant une confrontation insoutenable avec l'absurde, le tragique de la vie et la prise de conscience d'une fragilité ignorée ou refusée. Ce cri que fait surgir une blessure profonde peut aller dans certaines situations jusqu'à l'appel à la vengeance, jusqu'au désir de détruire ou de se détruire. Mais crier, c'est encore être vivant ! Hors de fort anciennes traditions comme par exemple celle des Psaumes dans la Bible nous montrent l'importance de pouvoir " sortir " sa colère et d'être autorisés à la dire parfois en des termes qui en d'autres circonstances pourraient paraître excessifs. En pouvant ainsi réagir nous sommes déjà en chemin de reconstruction de sens.

Suivant ce qui se passe au moment d'un événement traumatique, il nous arrive aussi d'entendre des victimes évoquer une protection miraculeuse. Ce qui prédomine alors c'est l'étonnement de se trouver encore vivant, rescapé, alors que d'autres, qui ont vécu le même événement, ne s'en sont pas sortis indemnes ou ont succombé. Cette réaction montre que le choc vécu interpelle la personne au niveau de son être profond, de ses croyances et de ses incroyances. C'est à la fois un réflexe de survie mais c'est aussi un signe que ces événements bouleversent ses repères habituels, les remettent en question dans l'instant mais aussi probablement dans la durée.

L'écoute respectueuse des réactions de victimes d'un choc peut ainsi les aider à réorienter progressivement leur vie en intégrant spirituellement ce vécu. L'expérience de cette présence non-jugeante peut aussi leur donner plus tard la possibilité de revisiter sans honte ou sans culpabilité leur expérience et la manière dont elles en ont parlé.

⁴ Certains chercheurs parlent à ce sujet de " super-marché du religieux ". Voir entre autres " Croire en Suisse " édité par les Editions Labor et Fides, 1992 sous la direction du sociologue Roland Campiche.

➤ **Quelle présence et quel rôle pour les accompagnants spirituels ?**

- ***une indispensable collaboration interreligieuse***

Tenant compte de la diversité qui marque nos sociétés de début du 21^{ème} siècle, des interventions en cas de catastrophes vont forcément toucher des personnes appartenant à diverses traditions spirituelles et religieuses. La collaboration entre les représentants de ces diverses traditions s'avère donc indispensable.

A plusieurs reprises nous avons pu constater que dans la détresse et l'urgence cette collaboration était réellement possible. Toutefois notre unité ne peut dépendre de situation de crise et il apparaît indispensable de prendre le temps, grâce à des formations spécifiques, de nous connaître et de nous reconnaître. Nous pouvons alors apprendre ce qui est important et prioritaire dans notre souci commun de l'humain. Nous pouvons aussi mettre en place des interventions complémentaires grâce à la diversité des ressources et des charismes que cette action coordonnée permet de rassembler.

- ***une intervention commune avec les psychologues et d'autres praticiens de la relation d'aide***

Comme déjà dit dans les chapitres précédents, celles et ceux qui sont appelés à être présents dans un lieu d'accueil lors d'un événement particulièrement dramatique ne sont pas là pour mettre en œuvre une " technique " ou une " science ", mais d'abord pour assurer une présence humaine. De même qu'il ne s'agit pas d'entreprendre une thérapie dans cette situation, le " soutien spirituel " exclut tout prosélytisme ou toute tentative de récupération du malheur des gens que nous rencontrons. Il est ainsi important de rappeler que c'est la personne recevant l'aide qui va déterminer ce qui va lui être proposé et non le contraire. Le badge précisant l'identité et les qualifications de la personne offrant son soutien aura certainement son importance, mais il ne doit pas être déterminant.

C'est ainsi que " spirituels " et " psychologues ", ainsi que d'autres personnes présentes dans une cellule d'accueil, se rejoignent le plus souvent dans la présence respectueuse qu'ils offrent. C'est la sollicitation humaine qui importe le plus et offre un soutien solidaire aux personnes en souffrance.

La collaboration sera facilitée si les différents membres d'une cellule d'accueil ont appris à se connaître et à travailler ensemble. A Genève le groupement interreligieux d'intervention en cas de catastrophe est représenté dans le groupe de pilotage de la cellule accueil. C'est là qu'il faut chercher à élaborer les formations et les modèles de collaboration qui pourront être utiles pour renforcer les liens la cohésion de l'équipe interdisciplinaire lors d'une intervention.

- ***mise à disposition de compétences***

S'il est impossible d'établir des frontières bien précises entre soutien psychologique et soutien spirituel, il est toutefois possible de relever quelques compétences qui émergent de nos collaborations au sein d'une cellule d'accueil. Nous en nommerons brièvement quelques-unes :

❖ *la confrontation à la souffrance et plus particulièrement à la mort*

Ces réalités incontournables de notre humanité sont bien sûr celles qui posent les questions ultimes. Les religions tentent d'apporter, non pas des explications ou des réponses définitives, mais un regard, une direction qui devrait permettre d'une part de faire face, sans fuir ou occulter ce qu'il y a de douloureux et de dérangeant, et d'autre part d'esquisser les ouvertures et les espérances possibles pour les vivants et les morts.

❖ *faire une place au silence et au recueillement*

Le recueillement et le silence peuvent aider à trouver au plus profond de soi-même nos propres ressources spirituelles. C'est pourquoi, nous avons mis en évidence l'importance de disposer, dans les lieux d'accueil, d'espaces appropriés pour retrouver un peu de calme, se mettre à l'écart de l'agitation et du brouhaha. Cet espace de silence devrait être clairement indiqué et aménagé très sobrement.

❖ *prévoir les rituels*

Les personnes qui le désirent doivent ensuite pouvoir vivre les rituels qui participent à leur reconstruction. Dans les diverses traditions religieuses, les rites funéraires permettent d'exprimer publiquement sa souffrance – selon les codes culturels propres à chacun-e - de poser ou de déposer ce qui risque autrement de nous écraser et de le vivre avec d'autres partageant le chagrin et la souffrance.

Si le souci que nous avons pour les proches des victimes est prioritaire, n'oublions pas que la confrontation brutale avec la mort qu'entraîne une catastrophe touche aussi les sauveteurs, les professionnels et les bénévoles qui participent à des équipes de soutien (y compris les aumôniers), et parfois plus largement encore la population d'un quartier, d'une région ou d'un pays.

Il apparaît donc important de pouvoir organiser assez rapidement, en lien avec les églises et les communautés religieuses locales, des services œcuméniques, voire inter-religieux, permettant à diverses sensibilités de s'exprimer tout en énonçant peu à peu une Parole qui accueille toute cette douleur, et qui ouvre des brèches face au non-sens.

Ce n'est bien sûr que le début d'un processus, mais le rituel funéraire, ou d'autres rites appropriés, favorisent son déclenchement. Pour s'en persuader, il suffit de savoir la difficulté que représente pour des familles le fait d'avoir un disparu dont le corps n'est pas retrouvé, ce qui souvent empêche le rituel nécessaire pour commencer le processus de deuil.

Pour celles et ceux qui le désirent, les communautés religieuses, en collaboration parfois avec d'autres professionnels, proposent un suivi dans le cadre de " groupes de

parole ” pour les personnes endeuillées. Cette démarche communautaire consiste le plus souvent à accompagner les personnes pour qu’elles puissent exprimer leurs sentiments tout au long du processus de deuil, qu’elles parviennent peu à peu à intégrer le choc et la mort dans leur réalité et, à partir de là, trouver des chemins pour reprendre leur vie avec une blessure ou une absence qui à tout jamais marquent leur existence⁵.

❖ *la capacité à vivre dans l'incertain et le chaos et à prononcer une Parole nommant cette réalité.*

Les aumôniers, souvent responsables de communautés, ont l’habitude de prendre la parole, et de "gérer" les silences dans des situations dramatiques et éprouvantes pour des personnes ou des groupes. Ils savent que dans ces situations chaotiques, une parole doit être dite pour relier à la réalité et à d’autres personnes. Même lorsqu’il n’y rien à dire, il faut pouvoir le dire !

Afin de permettre aux personnes et aux groupes de vivre les doutes et les incertitudes que génèrent les catastrophes, nous pensons donc souhaitable que des aumôniers soient associés à la préparation et à la transmission des informations.

Profond souci de l’humain, respect de toutes les dimensions de la personne, respect des sensibilités humaines, spirituelles, religieuses, voilà ce que les collaborations établies à l’intérieur de la cellule d’accueil en cas de catastrophe essaient de mettre en œuvre.

Un MAIS demeure pourtant indispensable... celui qui nous oblige à une grande humilité. En effet, quoique nous ayons pu prévoir, organiser, aménager, il est nécessaire de se rappeler que la catastrophe viendra désorganiser ce que nous aurons prévu. Elle nous poussera hors de nos limites et hors de toutes nos prétentions à organiser le chaos. Ce rappel est salutaire. Il nous invite à une grande modestie.

Octobre 2003

⁵ Citons à titre d’exemple la démarche proposée par Jean Montbourquette qui propose 12 rencontres sur les thèmes suivants : 1. Formuler les objectifs du groupe et des participants ; 2. Raconter l’histoire de son deuil ; 3. Développer l’espoir de résoudre son deuil ; 4. Débusquer les résistances et exprimer sa tristesse ; 5. Prendre conscience de sa colère et l’exprimer ; 6. Exprimer et transformer sa culpabilité ; 7. Prendre soin de soi au cours de son deuil ; 8. Voir clair dans ses relations humaines ; 9. Passer à l’action et régler les affaires non finies ; 10. Découvrir un sens à sa perte ; 11. Se pardonner et pardonner à la personne disparue ; 12. Récupérer son héritage. (brochure : Groupe d’entraide pour personnes en deuil, Novalis 1993)