

Être chez soi ou être en soi

Édith Fournier¹
Psychologue et écrivaine

Cet article est reproduit avec l'autorisation de l'auteur et de la revue Bien vieillir, volume 14, n° 1, avril 2008.*

Nous avons à notre actif presque trente ans de vie commune lorsque les premiers symptômes sont apparus. Durant toutes ces années, nous avons tissé une relation conjugale d'une grande densité. À partir de 1998, des dépendances multiples l'ont attaché à moi de façon exponentielle. Nous étions l'un et l'autre perdus. Démence à corps de Lewy : la pire en l'occurrence. Une espérance de vie réduite : trois ans... peut-être cinq. Cela fait dix ans !

J'ai voulu vivre avec lui le plus longtemps possible. Nourrissant sans doute à mon insu le projet, sinon le défi, de le maintenir au domicile jusqu'à la fin. J'ai perdu le pari comme j'ai perdu tout le reste. Qui perd gagne, dit-on. J'ai en effet gagné beaucoup à vivre avec cet homme devenu si pur, si « nature », si proche de lui-même. Mais j'ai perdu beaucoup, ne le nions pas.

Après sept ans de vie commune dans cette condition d'invalidité totale, les jeux étaient faits : c'était lui ou moi. De toute évidence, j'avais depuis longtemps

outrépassé les limites de ma santé et de mes capacités. Il fallut me résoudre à me séparer de lui. Maintenant que nous avons dû franchir le grand pas de l'hébergement, c'est une

toute autre réalité que nous vivons. Est-il possible de faire de cet étrange univers du CHSLD un chez-soi ?

Mais qu'est-ce qu'être chez soi ? Sécurité, intimité, liberté. Les trois pôles du chez-soi. C'est le refuge, le cocon, la matrice. La maison comme une mère, même si on la dit « paternelle ». Puis, c'est le lieu du quant-à-soi, de l'intime, du secret, du privé. On s'y sent libre finalement, le moins possible soumis au regard des autres. L'intérieur porte notre signature.

Récemment, j'étais en visite avec mon mari dans la chambre d'une patiente devenue mon amie. Exiguïté des lieux : moi, assise sur le lit, Michel au pied du lit, basculé dans son fauteuil, qui dormait, mon amie dans son fauteuil, coincée elle aussi entre le lit de sa voisine et le sien. Un coin de chambre surchargé d'une histoire, d'une famille, de photos, de fleurs, de bibelots lourds de passé. Et voilà qu'on vient y conduire la compagne de chambre.

Je remarque qu'en sortant, la préposée ferme la porte. « On ferme toujours la porte de votre chambre quand vous y êtes ? »
– « Oh non, c'est lorsque j'ai de la visite. »
– « C'est la règle ici ? »
– « Non, je l'ai demandé. »
– « Vous êtes davantage chez vous. »
– « Je suis partout chez moi ici. »
– « Comment pouvez-vous dire cela dans un tel environnement ? »

Elle me montre son cœur. « Ce qu'il y a là-dedans, personne ne peut y toucher. C'est là-dedans que ça se passe. » Sécurité, intimité, liberté. N'est-ce pas en effet « en soi » que s'y trouve la source ? Ce qui m'a donné à penser qu'être chez soi, c'est être en soi. Que ceux et celles qui ont labouré leur intérieur y ont plus facilement accès. Et que l'environnement, s'il est nécessaire, ne suffit pas.

Un coin de chambre surchargé d'une histoire, d'une famille, de photos, de fleurs, de bibelots lourds de passé.

**Bien vieillir* est publiée par le Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale (CREGÉS) du CSSS Cavendish. La revue paraît trois fois par année, en version française et anglaise. Pour s'y abonner gratuitement, faites parvenir vos nom, adresse postale, numéro de téléphone et courrier électronique à Suzanne Brodeur/Lucie Bouchard, CREGÉS, CSSS Cavendish, 5800, boul. Cavendish, 6^e étage, bureau 29, Côte St-Luc (Québec) H4W 2T5.

Je me rappelle la colère de cette patiente qui partage la chambre avec mon mari, plus malade qu'elle. On lui refusait la clé de sa chambre pour des raisons de sécurité. « Si le feu prenait, madame... » Et je comprenais et les uns et les autres. On touchait là à un instinct : la défense du territoire. C'est animal, c'est primaire, c'est archaïque. C'est vital. Autant que la nourriture, autant que la survie.

Si sa demande était légitime, elle était irrecevable dans le contexte d'une telle communauté. Elle ne cessait de répéter : « Mais je suis chez moi, chez moi, entendez-vous ? Je paye mon loyer ici. » Comment donc soumettre l'instinct à la nécessité, si ce n'est par l'intériorisation des conditions inhérentes au privé ?

Celle qui me parlait de son cœur évoquait le forage intérieur qui a appuyé son rapport à sa maladie, sa démarche personnelle vers l'inéluctable prise en charge par les autres. C'est en elle qu'elle a établi les balises de sa

sécurité, de son intimité, de sa liberté. Si je retiens une chose de cet entretien étonnant avec mon amie, c'est qu'être chez soi, c'est sonder sa propre profondeur. Rares sont

Ce minimum de conditions environnementales repose avant tout sur la sensibilité des soignants aux besoins cachés de ceux qui leur sont confiés.

ceux qui ont subordonné les valeurs du pouvoir, de l'efficacité et des avoirs à l'exploration et à l'enrichissement de leur jardin intérieur. Ceux-là vivent peut-être davantage chez eux avec un minimum de conditions environnementales.

Ce minimum de conditions environnementales, s'il dépend évidemment d'un confort physique de base, repose avant tout sur la sensibilité des soignants aux besoins cachés de ceux qui leur sont confiés. Seuls ceux qui auront exploré leur vie intérieure sauront percevoir la tonalité affective de leurs patients. S'il est possible d'apprendre le geste efficace des différentes fonctions que requiert le soin de nos grands malades, il est certainement plus difficile d'entraîner les divers intervenants à la qualité de la présence qui sous-tend le sentiment d'être chez soi. C'est une expérience qui ne repose pas sur le savoir.

Je ne saurais trop réclamer, au cours du processus de formation des personnels de nos institutions, la place qui devrait revenir à la formation personnelle des futurs préposés, infirmières ou médecins. Car, c'est avant tout la personne qui crée le sentiment d'être chez soi. C'est la rencontre de l'« en soi » de l'un avec celui de l'autre, dans ses dimensions de sécurité, d'intimité, de liberté. Comment les stimuler chez l'autre si on ne les reconnaît pas chez soi ? ●

RÉFÉRENCE

1. Édith Fournier est la compagne de Michel Moreau, cinéaste, résident de l'IUGM depuis 2005. Docteure en psychologie, elle est l'auteure de *La mère d'Édith* (Libre Expression) et de *J'ai commencé mon éternité* (Éditions de l'Homme).



Photo : © Marc-André Patuzé