

# Soigner, aider, est-ce apporter du bonheur ?

23 juin 2023<sup>1</sup>

Pr Roger GIL

*Directeur du site picto-charentais (Poitiers) de l'Espace de Réflexion Éthique  
Nouvelle-Aquitaine*

Les métiers de la santé et, plus généralement les métiers du soin et de l'aide à la personne visent le bien des personnes vulnérables par la maladie, le handicap, les infirmités liées au grand âge. Ce bien visé par ces métiers est souvent désigné sous le nom de bonheur tout particulièrement pour les métiers du care ou métiers multiples d'aide à la personne et notamment de la personne âgée. La bientraitance n'est pas le bonheur mais elle est bien sûr la condition nécessaire pour que du bonheur puisse surgir de la relation d'aide et de soin. Mais il faut se garder de l'utilisation emphatique et incantatoire du terme de bonheur. Comment approcher le bonheur qui serait ainsi produit ?

En évoquant Spinoza, on peut dire que le bonheur est tout ce qui peut permettre à l'être humain de « persévérer dans son être »<sup>2</sup>, tout ce qui permet à l'être humain de sentir son élan vital propulsé vers l'avant, tout ce qui donne envie de continuer de vivre et de se projeter dans l'avenir. En se tournant vers d'autres horizons, de Freud à Bruno Bettelheim, on peut dire que le bonheur implique que dans la lutte des pulsions de vie et des pulsions de mort qui habitent l'être humain, les pulsions de vie restent dominantes, ce qui est la condition essentielle « pour nous accepter vraiment nous-mêmes et nous mettre positivement en relation avec les autres<sup>3</sup> ».

Le bonheur se nourrit de la satisfaction des besoins nécessaires au bien-être et qui conditionnent ce que l'on peut appeler les « émotions heureuses » qui s'inscrivent sur de multiples registres : le sentiment de reliance, selon l'expression d'Edgar Morin<sup>4</sup>, c'est-à-dire cette conviction d'être relié aux autres ; les innombrables sources de l'hédonisme : amour, sport, danse, musique, gastronomie et combien d'autres encore ; n'oublions pas aussi les actes de soins : la toilette, l'aide à la mobilisation. Le plus doux plaisir disait Epicure<sup>5</sup> est la cessation de la douleur, mais aussi au-delà de la douleur l'apaisement de l'insatisfaction provoquée par un corps devenu « inconfortable », voire « ingrat ». Le bonheur suscité chez la personne vulnérable, c'est aussi le sentiment d'être écouté, et ainsi de se sentir considéré comme Sujet, détenteur d'une histoire dont il peut livrer des bribes. Les métiers du care appellent d'abord à un exercice de discernement de ces besoins. Ni trop, ni trop peu, sauf à sombrer dans la démesure. Manifester son empathie c'est d'abord savoir se mettre à la place de l'Autre sans se noyer dans la contagion émotionnelle fusionnelle. C'est lui laisser un

---

1 D'après une communication faite au Colloque Longevity International : Approches humaines et grand âge : Aînées et professionnel(le)s ; un dilemme de sens commun. Centre des congrès ; Futuroscope ; Poitiers ; 20-23 juin 2023.

2 Baruch Spinoza, *Oeuvres. III, Éthique: démontrée suivant l'ordre géométrique et divisée en cinq parties*, trad. par Charles Appuhn (Paris: Flammarion, 1965).

3 Bruno Bettelheim, *Survivre*, trad. par Théo Carlier (Paris: Robert Laffont, 1979). p. 124.

4 Edgar Morin, *La méthode. 6, Éthique* (Paris: Ed. du Seuil, 2006).

5 Epicure, *Lettres, maximes, sentences*, trad. par JF Balaudé, Classiques de la philosophie (Paris: Le Livre de Poche, 1994).

espace pour qu'il reste distinct de Soi, proche et consentant. Mais il ne faut pas oublier ce que ce souci du bonheur d'autrui apporte en retour au professionnel du care. D'une certaine manière c'est bien ce bonheur suscité chez Autrui qui peut, en retour, rendre le professionnel heureux. Plutôt que de bonheur dont les représentations sont multiples, parfois iréniques, on pourrait évoquer pour le soignant sa visée, son souci d'une vie bonne, c'est-à-dire selon Paul Ricoeur<sup>6</sup>, d'une vie accomplie, le sentiment de pouvoir accomplir sa mission. Telle est sans doute la clé de compréhension de la nécessité d'un accompagnement éthique du soignant qui ne se confond pas avec des dispositions confinées dans le management. Le soignant peut avoir un sentiment d'insatisfaction, une angoisse : « Ai-je fait ce qu'il fallait ? Je n'ai pas le temps de faire ce qu'il faudrait faire ». Car il peut aussi avoir le sentiment qu'un manque de reconnaissance, que des contraintes diverses qualitatives (organisation des tâches) ou quantitatives (surcroît de travail) contrarient la réalisation plénière de ses tâches. Et c'est ainsi que s'opère une tension entre la visée du soignant et les obstacles qui se dressent : telle est la source de la souffrance de nombre de soignants qui est une souffrance éthique. Quelle erreur de croire que la souffrance des soignants relève de causes psychologiques donc de leurs propres faiblesses. Les manifestations psychologiques de la souffrance appellent d'abord une réponse, un discernement éthique.

Ce bien, ce bien-être, ces étincelles de bonheur allant de Soi vers Autrui et rejaillissant sur Soi construisent aussi le sens de ces métiers du care. Sens comme signification et sens comme ce qui donne une direction, un but à la vie, sens comme ce qui est ressenti. Le sens des pratiques du care et ainsi en quelque sorte se signifier soi-même dans la pratique du care, se signifier comme sujet pensant et ressentant dont la vie prend sens à travers ce qui se joue, se noue, se dénoue, se déploie entre lui et l'Autre qui lui est confié. Cette prise de sens engage les émotions, la raison, la spiritualité. Cette prise de conscience est exigeante ! Car après tout, dans les métiers du care comme dans les métiers du cure, l'Autre pourrait se réduire à être l'objet de ma technicité, de mon savoir-faire tandis que moi, professionnel, je suis un instrument, à son service, et il est l'instrument que je soigne techniquement le mieux possible pour ainsi gagner ma vie. Or chercher le sens du métier c'est selon l'expression de Kant<sup>7</sup>, faire de l'Autre une fin en soi : il n'est pas qu'un instrument, il compte pour lui-même, intégré dans son histoire et de manière réciproque je compte aussi pour lui, comme personne et non seulement comme dispensateur de techniques d'assistance, d'aide, de soins. Être finalement au service l'Un de l'Autre, lui, vulnérable, moi aidant, chacun ajoutant ainsi du sens à sa vie, à la vie.

---

6 P. Ricoeur, *Soi-même comme un autre*, Points. Série Essais 330 (Paris: Éd. du Seuil, 1996).

7 Emmanuel Kant, *Fondements de la métaphysique des mœurs*, trad. par Victor Delbos (Paris: Librairie Delagrave, 1991).