

# Écho Réseau



## Les temps qui comptent et les temps que l'on conte

C'est avec plaisir que nous nous associons aux membres du conseil d'administration de l'Association COMPAS et aux professionnels de l'équipe de coordination pour vous souhaiter une très belle et heureuse année 2021 !

L'année 2020 n'est plus, mais elle aura été marquée, pour beaucoup, par l'émergence de l'épidémie du Covid-19 et prendra vite place dans la mémoire collective.

2020 aura été une année de l'urgence sanitaire, mais aussi du temps lent du confinement et de l'isolement. Une année de l'urgence d'agir, à défaut de pouvoir anticiper, avec le sentiment au final d'être bien souvent en retard sur l'évolution épidémique. Un paradoxe temporel qui nous aura malmenés dans nos temps si organisés et maîtrisés.

Ce virus nous aura bousculés, par la rapidité de sa contagiosité, par la rapidité de l'évolution des symptômes, par la rapidité des temps de visites accordés aux familles, par la rapidité du temps de l'au revoir auprès du proche défunt... Mais c'est aussi une épidémie lente et longue, qui dure et rebondit d'une phase à une autre, générant des séquelles qui persistent pour certains, une relation masquée ou empêchée qui s'éternise et des activités professionnelles qui sont freinées voire, pour quelques-uns, un temps qui, socialement, professionnellement, s'est arrêté...

Comment cependant rester attentif au temps qui passe devant nous ? À réagir trop tôt, ce n'est pas le moment, il « n'est pas le temps » ! Mais à agir plus tard, alors « trop tard, il n'est plus temps » ! Il a, c'est certain, la fâcheuse manie de nous filer souvent entre les doigts.

D'ailleurs, il suffit d'écouter chacun pour l'entendre parler de son manque de temps (plus contagieux encore que les virus !). Certains n'en ont jamais, d'autres ne font que courir après ! Beaucoup de professionnels de santé aimeraient en avoir plus. D'autres comme les personnes malades, les proches n'en ont plus, ou alors il est compté ! Son décompte sonne le manque... et réveille la nostalgie du bon vieux... temps.

Ce temps semble désormais si précieux qu'il s'agit de le prendre et surtout de ne pas le perdre ! En effet, se donner du temps à soi-même devient hors de prix et invite certains à le reporter au temps des vacances ou au temps de la retraite, voire au temps des calendes grecques.

Pourtant chacun sait que donner du temps à l'autre, c'est un bien joli cadeau. Mais pour soi, ce temps serait-il futile ? Du temps pour se connaître, du temps pour souffler... N'avons-nous pas besoin de nous donner le temps de la réflexion avant d'agir ? Parfois même il nous faudrait laisser du temps au temps ! Au final, c'est beaucoup de temps dont nous avons besoin pour nous-mêmes !

Cela semble bien compliqué voire inaccessible à notre époque et pourtant quelques-uns y parviennent et réussissent tant bien que mal à le prendre... de temps en temps, à le préserver et surtout à le remplir plutôt qu'à le compter. Certains individuellement, d'autres en équipe. Les quelques témoignages qui suivent nous montrent que c'est possible et parfois gagnant pour tous.

Concernant la démarche palliative, il est temps de nous rappeler combien le temps de l'anticipation est nécessaire, si l'on veut donner du temps à ce temps trop accéléré de la fin de vie. C'est le temps du repérage précoce, celui d'oser mettre les mots sur le temps à venir et celui restant, celui d'un espace-temps sans faux-semblants ni esquivance, celui de l'honnêteté et de l'empathie. De ce temps pourra naître alors un autre temps, celui du cheminement, du partage, de l'écoute, de l'interrogation de ses envies et de ses besoins...

Mais, il est temps pour nous de vous laisser découvrir ce premier écho-réseau 2021, tout en prenant ce temps important et précieux de vous souhaiter chaleureusement que cette nouvelle année puisse être remplie de ce fameux temps pour vous, pour vos proches et de beaux moments de partages entre tous.

Ph. CAILLON et R. MOCQUET  
Président et Directeur de COMPAS

« Le temps n'est pas le fait d'un sujet isolé et seul, mais il est la relation même du sujet avec autrui »

E. LEVINAS  
*Le temps et l'autre, p.17*

### Comité de rédaction

**Aurélia DARMANIN**  
Assistante administrative  
COMPAS

**Enora DELAMARRE**  
Infirmière  
Maison d'Accueil Spécialisée  
DIAPASON

**Béatrice FOREST,**  
Psychologue clinicienne

**Pauline HERBLOT,**  
Psychologue clinicienne  
COMPAS

**Isabelle LAFONT**  
Infirmière coordinatrice  
COMPAS

**Ronan ROCHER**  
Documentaliste  
COMPAS

**Leslie RUEL**  
Psychologue  
Hôpital Privé du Confluent

**Coraline VIGNERAS**  
Médecin Coordinateur  
COMPAS

Très belle  
et heureuse année  
2021



# RÉFLEXION

## Un désir de temps suspendu ?

**Et si le temps nous était dû ? Et si le temps nous était dû au lieu d'être compté ?**

Si nous pouvions mettre en marche un compte à rebours pour éloigner la menace de mort, celle qui rôde auprès de chaque être humain dès lors qu'il lui est donné de vivre...

Au regard de l'année que nous venons de vivre, le temps nous apparaît comme un accordéon. L'autre, celui avec qui on partage une humanité commune, représente un danger potentiellement mortel. Ainsi il nous est donné d'apprendre à s'en méfier, à se tenir à distance, sans contact physique.

La SFAP signalait son dernier congrès sous l'égide du temps. J'orienterai ma réflexion autour de plusieurs angles de vue, mettant à la fois en perspective la valeur du temps, le sens du temps et le déni de la mort.

Le mouvement des soins palliatifs, à sa naissance, s'est attaché à redonner une place au temps du mourir dans l'art médical. Jusque dans les années 70, la mort qui surgit, qui écrase, qui anéantit était passée sous silence. Les gens mouraient seuls à l'hôpital, délaissés par le corps médical qui tel un glas affirmait qu'il n'y avait plus rien à faire. On a commencé à parler des mourants comme d'un statut à part, en dehors de la communauté des vivants. Les soins palliatifs se sont attachés à plusieurs chevaux de bataille, notamment ceux de remettre de l'humanité dans ce temps particulier de la fin de vie, de tendre à une mort sans souffrance et sans douleur, et d'éclairer la valeur de ce temps comme un temps à vivre.

Mais la mort à l'hôpital a continué de mettre à distance ce que nous partageons tous : une funeste destinée. Jusqu'à s'effacer du paysage humain.

Lorsque je parle de temps « accordéon », il s'agit bien de ceci : être pris dans une attente fébrile mettant en suspens nos projets, ce qui faisait aussi que chacun trouvait du sens à vivre, reléguant en arrière-plan l'importance des liens physiques tissés avec l'autre au présent.

La mort, qui frappe, qui cogne, qui agresse ne devrait a priori plus exister au XXI<sup>e</sup> siècle pour

bon nombre d'humains. Ainsi, elle conduit à des comportements irrationnels pour tenter de l'éviter, de la mettre au rebut.

Dans ce contexte d'épidémie, est-ce au prix d'un effort collectif, pouvant nous faire vivre jusqu'à l'isolement le plus total, que nous pouvons éloigner la mort ?

Depuis toujours, et les soins palliatifs y ont contribué, il y a une volonté de pacifier la mort, grâce à la technique médicale. Cette mort qui échappe, sur laquelle au fond nous n'avons pas de maîtrise, reste le dernier point d'orgue à apprivoiser. Or, l'entrée en piste du Corona virus et de ses vagues successives a fait s'élever des voix pour affirmer qu'il était impensable de mourir.

Mais peut-on partir en guerre contre un désir d'immortalité, qui est inscrit au plus profond de nous ?

Jean-Michel Longneaux<sup>1</sup> observe ce sentiment d'injustice perçu par les personnes endeuillées, sentiment lié au fait qu'ils nous seraient dus de vivre longtemps et de ne pas mourir trop jeune. Or, dans la réalité rien n'est dû à personne. Plus je prends mon imaginaire pour la réalité, plus je vais faire de la vraie réalité un supplice. Notre malheur dépend de nous, tenant au fait que la réalité nous semble insupportable parce que nous la jugeons à la lumière de nos rêves.

Rêve d'immortalité... Rêve de repousser la mort dans des contrées si lointaines qu'il nous redeviendrait possible de croire qu'elle n'existe pas...

Régis Aubry<sup>2</sup>, souligne l'étrange rapport que nos sociétés contemporaines entretiennent avec le temps et avec la mort. Il est toujours trop tôt pour mourir, la crise actuelle illustre fort bien cette pensée humaine.

Aujourd'hui l'homme se tétanise de devoir mourir, la communauté humaine tremble et s'insurge contre l'inéluctable. Sommant chacun de faire sa part pour éloigner la maladie et la mort, appelant à des responsabilités qui peuvent laisser perplexe au regard de la vie et de l'importance des relations.

Il nous est plus que vital de maintenir la liberté de l'instant et la créativité de l'avenir, de renoncer à vouloir posséder le temps.

Danièle Deschamps<sup>3</sup> évoque l'importance des liens racinaires entre les arbres et la façon dont chacun a une fonction, celle de protéger l'autre en cas de tempête par exemple et de l'aider à se nourrir. Les arbres communiquent entre eux par leurs racines. Dans ce qu'elle nomme une « crise sans précédent », elle interroge notre capacité à rester soudés face à l'adversité, à « l'adversaire qui cherche à nous diviser par la peur » dit-elle.

Comment alors préserver la dignité de ceux et celles qui souffrent et meurent dans le désastre de nos incertitudes ou de nos ambiguïtés ? Certains sont morts dans le plus grand désarroi, isolés, avec un accompagnement limité aux soins d'hygiène. La mort revient blafarde dire au monde sa cruauté souvent inacceptable. Mais à figer les vivants dans une certaine mort sociale, n'est-ce pas venue glacer les sangs et fermer les cœurs asséchés ? Garderons-nous mémoire de nos racines d'humanité ?

« Qu'est-ce que vivre veut dire lorsque nos sociétés font prévaloir la sécurité à la liberté ? » questionne Régis Aubry. « Pour pouvoir fonctionner selon les références contemporaines, modernes et libérales dans nos sociétés, il y a lieu d'exclure la mort de nos sociétés » ajoute-t-il. Il y a là un déni sociétal qui éclate au grand jour aujourd'hui, permettant presque de croire, par extension, à un vaccin contre la mort.

Le temps des mourants croise de moins en moins celui des vivants. Le temps de l'accompagnement n'est plus considéré comme un temps essentiel, valorisé dans cette culture de la solidarité interhumaine, chère aux soins palliatifs. « Cette tendance », précise Régis Aubry, « s'élargit au domaine du soin et se vérifie à travers la tarification, les actes non-côtés qui par définition n'existent pas ; quand on ne peut plus prendre le temps de l'accompagnement des personnes, c'est la question du sens de ce que soigner veut dire qui est posé ».

1 - Docteur en philosophie et rédacteur en chef de la revue Ethica Clinica.

2 - Professeur en médecine palliative et président de l'observatoire national sur la fin de vie.

3 - Psychanalyste.



# TÉMOIGNAGES

## Le temps d'une analyse de pratique

### Entretiens avec les soignants de l'EHPAD St Louis à Geneston

Gaëtan, IDER évoque les analyses de pratiques comme un espace de parole libre : « Nous y abordons souvent des situations qui peuvent mettre une équipe soignante en difficulté ou en échec. Ces temps permettent de se poser en équipe, accompagnée des intervenants de COMPAS. L'équipe peut verbaliser ses difficultés mais aussi son ressenti personnel. Ainsi, face à des situations où un soignant peut avoir des difficultés à investir une relation ou encore à se sentir mal à l'aise avec sa pratique, ce temps d'échange peut à la fois rassurer et apporter un éclairage nouveau. De cette manière, l'équipe peut retrouver sa capacité à investir la relation

soignant soigné et se sentir en accord avec ses valeurs soignantes ».

« Ces temps de partage », renchérit Melinda, aide-soignante, « permettent d'apporter des réponses à nos incertitudes et d'accompagner différemment les résidents par des soins plus adaptés ».

Véronique, aide-soignante, poursuit en précisant que « les échanges permettent de nous conforter sur notre pratique mais aussi d'appréhender de nouvelles pistes dans l'accompagnement des personnes ».

Quant à Delphine, IDE, elle souligne à son tour que ces temps d'analyse de pratiques permettent « de s'interroger sur sa pratique, de faire émerger de nouveaux éléments de réflexion au travers du regard et des retours d'expériences d'autres professionnels. Ces temps constituent véritablement une soupape pour l'équipe ».

Témoignages recueillis par Gaëtan, infirmier référent et mis en forme par Isabelle LAFONT et Ronan ROCHER, COMPAS

## EXTRAIT

### L'OPPORTUNITÉ DU TEMPS

« Nous sommes toujours en décalage par rapport au temps. Il pèse et ce poids pose question. Trop long, il fait souffrir. Trop court, aussi. Il use également. Il fatigue. Il blesse les corps qu'il outrage par ses dommages. Mais, paradoxe, le temps est le remède au temps. Prenons le temps du temps, donnons-nous le temps, il se repose et tout se met à reposer. Le temps se met à durer et non plus à passer. Il se met à remplir au lieu de se vider. Il cesse d'être un temps-fatalité (chronos, en grec) pour devenir un temps opportunité (kairos). »

Extrait de Une vie pour se mettre au monde  
M. DE HENNEZEL & B. VERGELY

### LE TEMPS DE LA RENCONTRE

Le temps de la rencontre est un temps hors temps, comme un silence, comme un silence dans une partition musicale n'est pas à proprement parler un « hors son » mais participe de plein droit à la mélodie et contribue à sa respiration sans laquelle elle ne serait pas elle-même. Le mot « silence » qui vient d'être employé à propos de musique convient également à la description de la rencontre : ce « hors temps » peut certainement être occupé par un soin technique, des conseils, une conversation, mais ce qui lui convient sans doute le mieux est le silence : il s'agit d'une mise entre parenthèses, d'un temps suspendu, inactif au sein d'une activité, sans autre projet que sa propre survenue. Il s'agit d'une « pause » de durée quelconque mais de qualité infinie. C'est dire qu'un programme de soins ne peut comporter « un temps de rencontre » puisque tout le soin doit être rencontre.

Extrait de la revue JALMAV n° 141, juin 2020  
« Le temps en partage : la rencontre » de Michel Geoffroy.

## COIN LITTÉRAIRE

**Le Ruban**  
ITO OGAWA

Ed. Philippe Picquier, 2016

Sumire est passionnée par les oiseaux. Quand elle trouve un œuf tombé du nid, elle le met à couvrir et offre l'oisillon à sa petite-fille Hibari, en lui expliquant qu'il est le ruban les reliant à jamais. Mais un jour l'oiseau s'enfuit de sa cage, apportant joie et réconfort partout où il passe. Roman grave et lumineux où l'on fait caraméliser des guimauves à la flamme et où l'on meurt aussi, comme les fleurs se fanent, confie donc à un oiseau le soin de tisser le fil de ses histoires. Un messenger céleste pour des histoires de profonds chagrins, de belles rencontres, et de bonheurs saisis au vol. Un livre lumineux, tout de douceur, de fantaisie et de poésie...

**Aliénation et accélération. Vers une théorie critique de la modernité tardive**  
HARTMUT ROSA

Ed. La Découverte, 2014

La vie moderne est une constante accélération. Jamais auparavant les moyens permettant de gagner du temps n'avaient atteint pareil niveau de développement, grâce aux technologies de production et de communication ; pourtant, jamais l'impression de manquer de temps n'a été si répandue. Dans toutes les sociétés occidentales, les individus souffrent toujours plus du manque de temps et ont le sentiment de devoir courir toujours plus vite, non pas pour atteindre un objectif mais simplement pour rester sur place. Ce livre examine les causes et les effets des processus d'accélération propres à la modernité, tout en élaborant une théorie critique de la temporalité dans la modernité tardive.

# EXTRAIT

## LE TEMPS DE LA CONSCIENCE

M. S s'est installé dans notre bureau il y a un moment. Il souffre tellement qu'il en tremble tout entier.

Un long frisson qui le saisit à l'évocation de sa femme qui s'éteint doucement deux étages plus haut.

Sa femme depuis quarante-six ans. Sa femme qu'il connaissait si bien qu'il pouvait d'un regard comprendre ce qu'elle avait à lui dire.

Depuis deux jours, ce n'est plus elle. Il ne la comprend plus. Elle ne communique plus. Il n'arrive pas à l'accepter. Il ne peut pas le supporter.

Elle est en coma vigile. En fin de vie. Pour quelques heures, quelques jours peut-être.

Il nous semble qu'elle prend pour mourir le temps qui lui est nécessaire. Ce temps de détachement qui, souvent, permet les départs sans violence.

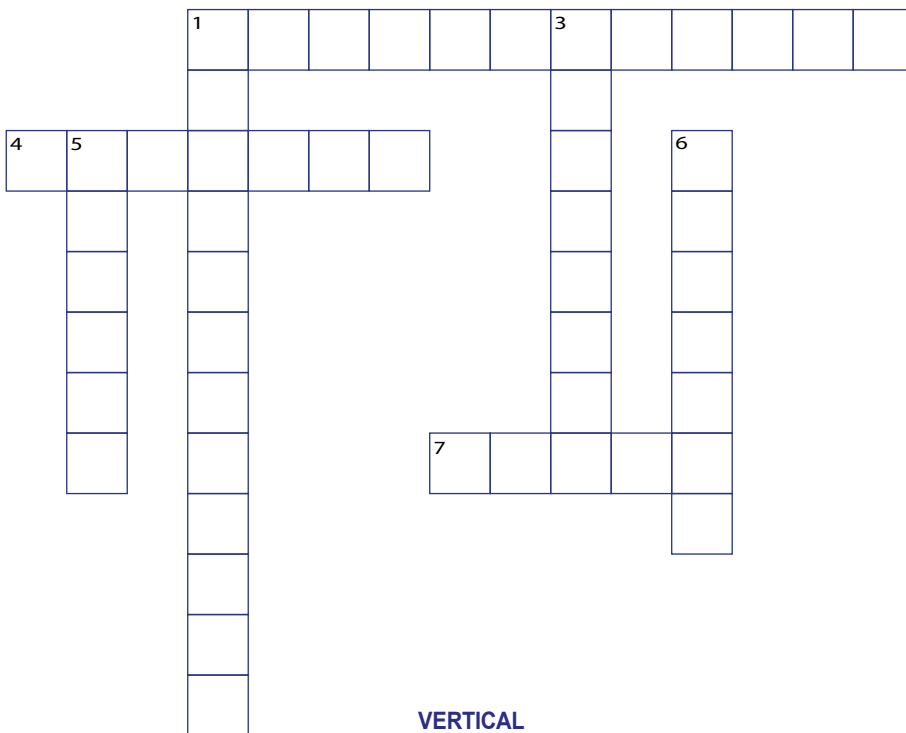
Pour lui, chaque minute, chaque seconde, de ce silence, de ce retrait progressif est une absurdité, un non-sens absolu et insupportable.

Ce n'est plus sa femme. Elle n'est plus là. Il faut qu'elle meure. Il ne nous demande rien, il sait bien que la loi l'interdit, il ne nous en veut pas. Il trouve juste que c'est indigne.

Elle est calme, elle ne souffre pas, c'est son temps. Et c'est la loi. La loi sur laquelle nous nous appuyons pour respecter ce temps de la mort qui s'en vient. La loi qui fait pour nous rempart devant cette marée de souffrance. Qu'en serait-il si un jour la loi n'était plus là? Serions-nous submergés, envahis à notre tour par ce tsunami émotionnel. Ce serait un temps ou l'individuel l'emporterait sur le collectif et l'individu sur la société. Un temps sans doute difficile pour nous. Le temps de la conscience et de ses clauses.

Extrait de *1001 vies en soins palliatifs*  
Claire FOURCADE

## LE TEMPS



### HORIZONTAL

- 1 – Préviation d'un acte
- 4 – Qui est mûr avant l'heure
- 7 – Sentiment du temps qui passe

### VERTICAL

- 1 – Augmentation de la vitesse
- 3 – Action de diviser une chose en portions
- 5 – Cadence, allure à laquelle s'effectue une action
- 6 – Il y a en a 1440 dans une journée

## BIBLIOGRAPHIE

**La temporalité en soins palliatifs : déjouer Kronos en saisissant Kairos**  
**RICHARD, Louis-André**

*Cahiers francophones de soins palliatifs*, Maison Michel-Sarrazin, 2019, Vol.19 n°2, p. 52-60

**Le juste temps dans les soins [numéro thématique]**

*Ethica Clinica*, Fédération des Institutions Hospitalières, 12/2016, n° 84

**Les pauses de travail à l'hôpital : des temps d'échanges à (re) valoriser**

**Perro, Séverine**  
*Ethica Clinica*, Fédération des Institutions Hospitalières, 2012, n° 66, p. 48-54

**S'interroger sur le temps en soins palliatifs [dossier thématique]**

*Jusqu'à la mort accompagner la vie*, Presses Universitaires de Grenoble, 06/2020, n° 141

**Quand le temps s'en mêle... La difficulté des temporalités en ehpad**  
**GRILLET, Audrey**

*Le journal des psychologues*, Martin média, 04/2016, n° 336, p. 26-28

**Éloge du retard ; où le temps est-il passé ?**

**L'HEUILLET, Hélène**  
Albin Michel, 2020, 173 p.

**Guérir et mieux soigner ; un médecin à l'épreuve de sa maladie**

**HAMMEL, Pascal**  
Fayard, 2008, 306 p.

## ACTUALITÉS COMPAS

### • Journée régionale des soins palliatifs

« Innovation et créativité pour accompagner la fragilité »

23 mars 2021

Les Sables-d'Olonnes

**SAVE THE DATE - Journée COMPAS**  
Jeudi 24 juin 2021