



L'indignation, moteur d'une société attentionnée

Dirk De Wachter sur les soins, le sens et l'état de la société

© UPC KU Leuven



Le professeur Dirk De Wachter est psychiatre à l'UPC Kortenberg. Il est expert en thérapie systémique et familiale et travaille, entre autres, comme superviseur à la KU Leuven. Dirk De Wachter est connu en tant qu'auteur de livres et de conférences à caractère socialement critique.

Le soin n'est pas un supplément, c'est la base

Caruna encourage la réflexion sur la société solidaire de demain. Il s'agit d'un dialogue social. Mais Dirk De Wachter commence par une note personnelle. « Je suis psychiatre. Le soin est ma vocation, mon être. Et j'en suis très reconnaissant. Pour moi, les soins sont le fondement de l'existence humaine. Ce n'est pas quelque chose d'accessoire, ce n'est pas quelque chose qui n'intervient que lorsque le reste est en ordre. C'est l'essence même de l'être humain. »

Avec des références à Levinas et Heidegger, De Wachter souligne que les êtres humains n'existent pleinement qu'en relation avec les autres.

'Mit-einander sein', Heidegger l'appelle ainsi. « Pour moi, il s'agit là d'une idée fondamentale : l'existence humaine c'est être ensemble. Et ce vivre ensemble, qui a lieu dans « in Sorge », je l'ai appris de Heidegger. On peut difficilement l'exprimer de manière plus fondamentale. Notre essence est de prendre soin les uns des autres », affirme M. De Wachter. Avec Levinas, il va encore plus loin. « Il y a d'abord l'Autre, et ce n'est qu'ensuite que je suis. Parce que l'Autre me regarde et que je réponds à son regard, je deviens humain. » Pour De Wachter, il ne s'agit pas d'une philosophie abstraite, mais du cœur battant de sa vocation de psychiatre.

Le petit bien : invisible mais essentiel

Dirk De Wachter : « De bons soins se font avec un petit s, pas un grand S. Par exemple, je fais encore beaucoup de consultations. Je réponds aux nombreux mails que je reçois de personnes qui lisent mes livres ou regardent les vidéos de mes conférences. Je continue à le faire parce que, pour moi, c'est l'essence même de la définition des soins : la présence de personne à personne. Lorsque je prendrai ma retraite l'année prochaine, j'arrêterai les comités et les rôles officiels, mais j'espère pouvoir accueillir des gens dans la salle de consultation pendant encore longtemps. »

Il fait référence au théologien Roger Burggraeve qui décrit le petit bien comme le bien « idiot ». « Après tout, ce petit geste ne peut jamais être quantifié. Je n'enregistre pas les mails auxquels je réponds. On ne peut pas non plus le formuler dans des documents de politique. Cela échappe à nos modes de pensée catégoriques en Occident. Nous voulons toujours savoir : qu'est-ce qui est juste ? Quelle taille, quel pourcentage ? Mais le petit bien échappe à cela. C'est l'essence même de bons soins. De bons soins sont toujours un réajustement, très individuel. Dans la vérité et la vulnérabilité d'une personne à l'autre. »

La société solidaire entre espoir et critique systémique

Cette petite essence fragile de soins se situe dans une société qui traverse une période de turbulences. Dirk De Wachter : « Je trouve cette époque inquiétante et je suis réellement préoccupé par les évolutions de la société. Pourtant, je ne suis pas un prophète de malheur de l'Ancien Testament. » Je suis une personne pleine d'espoir. En tant que psychiatre, je cherche, même dans la plus grande

caruna

obscurité, la fissure par laquelle la lumière peut entrer. C'est ce que je fais et ce en quoi je crois. Si vous regardez bien, vous verrez aussi l'engagement partout, encore et encore. Et j'ai la grande chance d'être souvent impliqué. J'en suis très reconnaissant.

Les jeunes qui s'engagent dans les soins dans mon domaine, pour les personnes présentant une vulnérabilité psychiatrique, mais aussi au-delà : pour le Sud global, pour les groupes minoritaires, pour les personnes ayant une orientation sexuelle différente, pour les personnes de couleur, pour les réfugiés... Cet engagement est toujours présent. Et sur ce, je m'excuse, j'en reviens à Levinas. Ce petit bien ne peut être supprimé. C'est justement parce qu'il est si petit, si impalpable, qu'il ne peut être détruit. »

Mais l'optimiste De Wachter met en garde contre un discours trop optimiste : « Ma vision positive de l'humanité n'est pas un laissez-passer pour ne rien faire. Nous nous devons de continuer à nous indigner de l'état du monde. D'où ma devise, reprise de Stéphane Hessel :

“ Regardez autour de vous. Laissez-vous surprendre, voire étonner, par les injustices qui se produisent dans votre rue. » Et faites quelque chose. ”

Les structures qui permettent les soins

Pour décrire la relation entre le petit bien et la société bienveillante, De Wachter utilise la métaphore du hors-bord.

« J'ai un jour comparé la société à un hors-bord et cette métaphore est restée. J'ai appelé ce bateau 'Tina', d'après l'acronyme de 'There Is No Alternative' (il n'y a pas d'alternative). Notre société est comme ce hors-bord. Elle fonce, de plus en plus vite. C'est l'économie de croissance, la logique du progrès et de la production. Il semble qu'il n'y ait pas d'alternative. À l'avant du bateau, des garçons bronzés et prospères, le vent dans les cheveux, regardent triomphalement devant eux. Ils disent : « *Regardez où nous allons ! Fantastique, ce bateau.* » Et ils sont admirés. Ils ont un corps tonique et à côté d'eux se trouvent des femmes en bikini. Je fais une caricature pour que le tableau soit clair. Mais à l'arrière du bateau... Là, c'est un peu moins évident. La vitesse et les vagues font perdre l'équilibre à certaines personnes. Elles rencontrent des problèmes. Certains tombent même à l'eau. Moi-même, comme beaucoup d'autres prestataires de soins, je navigue dans un petit bateau gonflable. J'essaie de récupérer les personnes qui sont passées par-dessus bord. Je leur donne des vêtements secs, un repas chaud. J'ai même un micro-ondes dans mon petit bateau, imaginez. Mais il y en a tellement aujourd'hui... qu'il y a des listes d'attente pour mon petit bateau. C'est un problème. »

De Wachter critique un discours social d'autosuffisance dans lequel la responsabilité d'une vie bonne, saine et prospère incombe à l'individu : « Dans ma métaphore, je vois des gens jeter des gilets de sauvetage comme solution aux listes d'attente. Avec un gilet de sauvetage, vous devez vous assurer d'atteindre le bateau vous-même, de monter l'échelle instable et de vous tenir fermement sur le bateau. J'ai des doutes à ce sujet. »

De Wachter explique que sa métaphore est marquée par son travail de psychiatre. « *S'occuper de ceux qui sont socialement passés par-dessus bord vous fait réfléchir à la nature du bateau* », explique-t-il. Son premier livre, 'Borderline Times', est né de cette réflexion.

Selon Dirk De Wachter, deux fondements sont essentiels à la réflexion sur une société attentionnée. « Tout d'abord, il y a la responsabilité et l'attention que nous portons les uns aux autres, à nos proches. Si vous êtes sur le bateau et que vous voyez quelqu'un en difficulté, vous dites : « *Venez vous mettre un peu plus au milieu, je vais vous aider. Je vous tiens.* » Il s'agit de soins de personne à personne.

“ La vitesse de notre société semble fantastique, mais elle nous coupe le souffle ”

Mais deuxièmement, et tout aussi important, vous avez besoin d'une rambarde solide à l'arrière du bateau. Cette rambarde est constituée par notre sécurité sociale, nos services sociaux, une politique de logement équitable, des revenus d'intégration décents ... Ce sont les structures de service auxquelles les gens peuvent se raccrocher lorsqu'ils sont au bord ».

« D'ailleurs, il existe un troisième facteur, mais il dépasse peut-être votre question : la vitesse du bateau lui-même. Je ne suis pas économiste, mais je m'interroge parfois sur notre obsession de la croissance. En effet, la vitesse n'est pas seulement intenable pour l'homme. Elle est également néfaste pour les ressources halieutiques et l'écosystème de nos océans. »

En réfléchissant davantage sur la rambarde du bateau, il ajoute l'idée d'un revenu de base. « Je pense que nous avons besoin d'un système de soins de santé qui puisse exister sans la contrainte des diagnostics. En effet, je suis également très critique à l'égard de la médicalisation de chaque problème. Pourquoi les gens doivent-ils prouver qu'ils sont malades chaque année ? Donnez-leur une base viable, sans humiliation ».

L'indignation commence à proximité

'*Indignez-vous*' est la devise de De Wachter. Comment cette indignation peut-elle servir de moteur au changement ?

« Nous nous indignons à juste titre de la situation à Gaza ou au Congo. Mais en même temps, nous oublions notre propre voisine qui n'a vu personne depuis des semaines. » Pour De Wachter, l'indignation n'est pas un grand acte politique, mais un réflexe éthique. « Laissez-vous toucher par l'autre personne, proche, et faites quelque chose. Un appel téléphonique, un regard, une conversation. Dans le même temps, je tiens également à exprimer ma reconnaissance : de nombreuses personnes sont engagées, même à grande échelle. Et généralement – pas toujours, mais généralement – les personnes engagées dans la grande histoire sont aussi celles qui embrassent la petite histoire. C'est pourquoi je me réfère sans cesse à l'ouvrage de Stéphane Hessel « *indignez-vous* ».

L'indignation est le contraire de la complaisance. Sur ce point, De Wachter est strict : « La complaisance est peut-être le pire des maux. S'installer dans la complaisance et penser : « Les choses vont bien de toute façon, les restaurants sont pleins, pourquoi se plaindre ? » Alors allez voir où les restaurants ne sont pas pleins. C'est là que traînent les jeunes, les sans-abri, les personnes sans but ni place dans la société. Les personnes qui risquent de tomber dans la criminalité simplement parce qu'il n'y a pas de moyens et pas d'encadrement. S'indigner est un devoir éthique, une nécessité. »

« Ce devoir éthique s'applique d'ailleurs aussi à la société civile, à nos organisations de santé : syndicats, partis politiques, mutualité.. S'ils se contentent de dire « ce que nous faisons est bien », c'est dangereux. Parce qu'il faut toujours faire des ajustements. Le monde change. Les besoins évoluent avec eux. Il faut continuer à se remettre en question. »

« Les soins sont la proximité. Ne pas externaliser à des structures, mais les intégrer dans les relations humaines. »

Et c'est aussi là, dans l'indignation face à la souffrance concrète, que nous pouvons trouver l'espoir et la nourriture pour la société attentionnée de l'avenir. De Wachter est, par exemple, le parrain du projet Young Fenix à Anvers. « Il s'agit de bénévoles, de psychologues, de thérapeutes, de travailleurs sociaux..., qui s'adressent aux jeunes en danger de solitude, racisme, consommation de drogue,



“ Les soins sont la proximité. Ne pas externaliser à des structures, mais les intégrer dans les relations humaines. ”



**“ Comment allez-vous ?
Venez, nous allons
discuter sur la place. »
Je suis incroyablement
fier de pouvoir soutenir
cette initiative. ”**

violence, criminalité. Ce que fait Young Fenix, c'est de la petite bonté. S'adresser aux jeunes avec patience et prudence, encore et encore : « Comment allez-vous ? Venez, nous allons discuter sur la place. » Je suis incroyablement fier de pouvoir soutenir cette initiative. »

« Les grandes structures de soins de santé ne peuvent pas comprendre cela. Levinas dit la même chose : les grandes structures ne suffisent pas par définition. Elles sont nécessaires car elles forment le squelette. Mais le squelette ne prend vie qu'à travers des personnes qui s'indignent du besoin de soins et de proximité de l'autre. À chaque fois. »

Les soins, pour donner du sens à l'ère de la laïcité

Dirk De Wachter invite en outre à la gratitude pour le cadeau que constitue le fait d'être « autorisé à prendre soin de l'autre ». « Écoutez, j'ai fait des soins ma profession et j'en vis. Pas autant que les cardiologues, c'est vrai, et malheureusement les salaires des médecins font à nouveau grand bruit. Mais ce n'est pas le sujet. Le fait est que dans le domaine des soins de santé, vous avez le sentiment que ce que je fais est important. Ainsi, les soins sont désintéressés : ils donnent du sens. En cela aussi, Levinas m'a rassuré lorsqu'il s'est opposé à un idéal de soins comme sacrifice de soi. Ce n'est pas le cas. Au contraire, il est important de réfléchir à ce que l'on « reçoit » en prenant soin.

Dans une société qui a perdu ses fondements religieux, les soins eux-mêmes deviennent une forme de sens. De Wachter est clair à ce sujet : « Les soins sont le sens. C'est la réponse à la question : « Qu'est-ce que j'ai signifié pour quelqu'un d'autre aujourd'hui ? C'est également ce que je voulais dire avec Borderline Times. La crise du sens est également liée à la sécularisation rapide de notre société. En une génération, nous avons jeté Dieu par-dessus bord. Et maintenant, nous devons créer notre propre sens. Certains réformés aux Pays-Bas – je suis populaire là-bas, curieusement – disent : « Sans Dieu, les soins disparaissent. » Mais je ne pense pas que ce soit le cas. Je pense que les soins sont si fondamentalement humains qu'ils continuent d'exister même en l'absence de Dieu. Peut-être avec un autre type de divinité, comme le décrit Spinoza : quelque chose de plus fluide. »

« Regardez ensuite la partie avant du hors-bord et les personnes bronzées, cheveux au vent, qui se font admirer par des mannequins. Au bout d'un certain temps, ils s'interrogent à leur tour : « Est-ce que c'est tout ? » Alors, je leur dis : « Laissez votre place à l'avant. Allez jeter un coup d'œil derrière. Trouvez les personnes qui ont besoin d'aide et faites quelque chose. »

Sa propre expérience en tant que patient atteint d'un cancer l'a confirmé. Ce n'est pas la technologie qui l'a sauvé de la déshumanisation, mais l'infirmière qui a redressé sa couverture, la femme de ménage qui a brièvement raconté son histoire. « Ils m'ont rendu mon humanité. »

« J'ai écrit sur mon expérience en tant que patient. Je peux vous dire que nous avons un système de santé fantastique. Après tout, si je vivais aux États-Unis, je serais peut-être en faillite à l'heure qu'il est. Mais je m'intéresse surtout aux prestataires de soins : les médecins (très compétents), les infirmiers (ils m'ont « humanisé ») et la femme de ménage qui a raconté son histoire. C'est sûrement là que se trouve le sens ultime de la vie, quelque part, je pense... ».