

Aider.

Remue-méninges du 4 novembre 2009

On parle d'aide à la personne, d'aides techniques, d'aide humanitaire ou au développement; il existe des rubriques d'aide et des aide-mémoire.

On m'a dit : "il faut accepter de vous faire aider"; "j'aime bien aider les gens" (comme vous, âgés ou diminués).

*"Cette question de l'aide me tourmente. Comme chacun d'entre nous j'ai successivement eu l'expérience d'aider ou d'être aidée. Ni l'un ni l'autre ne sont évidents, et je pense que si "aider" peut d'abord sembler un merveilleux acte de solidarité face à l'égoïsme du chacun pour soi, il n'est pas facile d'aider, cela peut parfois être contre-productif; il n'est pas facile non plus d'être aidé sans y perdre sa dignité ou ce que l'on ressent comme tel. **Aidez-moi** à y voir plus clair!"*

Aider,

C'est "se rendre utile". Chacun a des compétences qui peuvent être utiles aux autres. Aujourd'hui avec l'allongement de la durée de vie, de nombreuses personnes ont besoin d'aide. Mais aussi à l'école, ou encore d'aides économiques.

C'est accompagner, apporter un secours. Ce n'est pas faire à la place. L'aide se distingue de l'assistanat. Par exemple faire des démarches avec une personne étrangère et non les faire à sa place. En médecine on apprend que trop aider (faire à la place) annihile les fonctions, donc nuit à la personne aidée.

Ce n'est pas facile,

- La recherche d'efficacité : c'est plus rapide de faire "à la place" que faire "avec".
- La tentation du pouvoir: si j'aide, je suis "du bon côté de la barrière", une hiérarchie s'installe et je peux en profiter pour "donner des conseils", dicter des règles de vie, voire décider à la place, bref gommer l'autonomie de l'aidé. L'aide aux pays sous-développés est souvent assortie de conditions politiques ou économiques. Un pays qui ne vit que d'aides peut-il être indépendant ?
- L'attente de reconnaissance. Comme un cadeau entraîne, même inconsciemment l'attente d'un retour, celui qui aide attend reconnaissance, si ce n'est réciprocité. Mais mon aide peut être rejetée, ou entraîner reproches et ingratitude, je deviens alors amer: "après tout ce que j'ai fait pour toi (ou lui, ou elle)!"
- Pas facile non plus d'être aidé: la fierté, l'amour-propre, l'humiliation de ne pas pouvoir faire seul, ou au contraire la tendance à penser que tout m'est dû, à instrumentaliser ma faiblesse pour tout exiger de mon entourage.
- Risque donc de manipulation, à double sens

L'aide ou le droit ?

Si l'on parle de droits, l'« aidé » n'est plus humilié. C'est inscrit dans la loi, il peut réclamer, revendiquer, exiger. On pense surtout aux droits sociaux, aux allocations ou prestations diverses, au « droit opposable au logement ». Ces droits ont une histoire, même s'ils nous semblent évidents, et peuvent apparaître comme un progrès par rapport à la

« charité » dont ils sont probablement issus en même temps qu'ils l'ont complètement modifiée. Ils reposent sur une exigence de solidarité et de correction des inégalités. Ils peuvent progresser, ou régresser, selon l'état de l'économie et les politiques mises en place en fonction de rapports de force.

Notons que l'aide est exigée par la loi, par exemple dans le délit de « non-assistance à personne en danger ».

Effet pervers : l'exigence de « droits » fait parfois oublier qu'on a en contrepartie des devoirs ! Un chômeur « aidé » doit rechercher un emploi, mais il a besoin d'être aidé pour cela. Le serpent se mord parfois la queue ! Et n'est-il pas condamnable de me mettre volontairement en danger et de mettre en danger ceux qui sont tenus de venir me secourir ?

Savoir aider

Chacun peut être à tour de rôle en situation d'aider ou d'être aidé. Mieux vaut « apprendre à aider » pour en limiter les effets pervers.

- « aide-moi à faire tout seul », ce devoir a été donné à un concours de recrutement d'institutrices. Les enfants ont tout à apprendre et doivent être aidés et protégés...dans l'optique d'être le plus vite possible autonomes. A l'autre bout de la vie, les personnes âgées dépendantes doivent l'être le moins possible. Il en va de leur dignité et de leur santé ; certains suicides expriment cette hantise de la perte d'autonomie.
- « apprendre à pêcher plutôt que donner le poisson » comme le dit un proverbe. Apprendre à celui qu'on aide à se passer de nous, restaurer sa confiance en ses capacités, lui dire qu'il peut y arriver.
- Préférer à l'aide la justice, l'équité et la réciprocité. « j'accepte d'être aidée si je peux aider à mon tour, si je sens une égalité ».
- Savoir pourquoi on aide, prendre conscience de ses motivations : on n'est jamais totalement désintéressé, et c'est sûrement mieux. Mais il faut le savoir. Plaisir ? devoir ? pouvoir ? ennui ? l'idée d'une dette ou d'une culpabilité ? un peu de tout cela ? mais cela me rend-il compétent ?
- « L'aide aux aidants ». des groupes de parole peuvent aider à comprendre ses motivations et éviter de mal aider. Trop d'empathie peut conduire à une souffrance qui n'aide personne.
- Savoir aussi ne pas aider, par respect pour soi-même si la demande nous semble inacceptable, par respect pour l'autre si l'aide l' « enfonce » dans la dépendance.
- Rester exigeant, par exemple ne pas baisser le niveau d'exigence scolaire par rapport à des élèves en difficulté, mais leur dire qu'avec un « coup de pouce » ils peuvent y arriver !

Et un peu pêle-mêle :

On peut aider sans le vouloir, en écoutant par exemple, en échangeant, ou par sa façon d'être. Par sa présence, ou son absence, ses mots ou son silence, sa compassion ou sa dureté. L'intuition, l'expérience, la modestie, les affinités sont le « je ne sais quoi » qui peuvent réguler les rapports humains.

Notre prochaine rencontre sur « le partage » viendra, espérons-le approfondir cette question du « mieux-vivre » ensemble.