



## À la recherche d'un accompagnateur spirituel

Par : [Rév. Glen R. Horst](#)

### Ce que peut faire un accompagnateur spirituel

Un accompagnateur spirituel est une personne qui est à votre écoute et qui vous accompagne durant votre maladie. Cette personne peut vous aider à identifier des forces que vous possédez déjà et qui vous aideront à traverser les épreuves.

#### Pourquoi la souffrance? Quel est le sens de la vie?

Les questions émotives et spirituelles de la sorte prennent généralement une toute autre dimension en temps de maladie. Avoir quelqu'un à qui parler peut être un soulagement en soi. Un accompagnateur spirituel peut être un ami ou un membre de votre famille, un membre de votre équipe de santé, un chef de votre tradition spirituelle, un membre de votre communauté religieuse ou un bénévole en soins palliatifs. Toute personne en mesure de vous accompagner dans vos réflexions, vos questions et vos soucis de nature spirituelle peut être considérée comme un accompagnateur spirituel.

Finalement, un accompagnateur spirituel peut accroître votre sentiment de bien-être en vous offrant la possibilité d'explorer certains sujets et d'en parler, par exemple :

- exprimer tout ce que vous avez sur le cœur ou à l'esprit;
- explorer comment la maladie vous affecte, vous et vos proches, par exemple en parlant :
  - de vos craintes et de vos espoirs actuels;
  - de votre difficulté à comprendre ce qui se passe;
  - des défis de vos proches par rapport à la maladie;
  - d'autres expériences de maladie qui affectent les réactions de votre famille;
- célébrer et boucler l'histoire de votre vie. Si personne ne vous écoute raconter les histoires de votre vie, vous pourriez vous sentir seul. Quand une autre personne entend et apprécie les histoires de votre vie, vous avez un meilleur sens de ce que vous laissez. Vous pouvez également identifier ce que vous voulez ajouter à l'histoire de votre vie – la reconnaissance à exprimer, l'amour à partager, le pardon à offrir ou à recevoir, ou les torts à corriger.

Voir aussi : [Partager son histoire](#)

- accéder aux ressources de guérison qui sommeillent en vous, par exemple :
  - votre respiration, qui vous relie à un calme intérieur;
  - vos capacités d'aimer, de faire confiance et de pardonner;
  - votre intuition, qui vous met en contact avec vos plus profonds désirs;
  - votre imagination, qui vous aide à décrire de nouvelles manières de vivre et d'aimer;
  - votre sens de l'humour;
  - votre résilience, qui insuffle espoir;
  - vos souvenirs d'expériences qui vous ont fait grandir;

- accéder aux ressources de guérison qui vous entourent, par exemple :
  - les symboles, les rituels, les croyances et les pratiques de votre tradition spirituelle qui vous relient à une entité supérieure;
  - les visites de chefs spirituels qui vous rassurent et vous appuient dans vos pratiques spirituelles; vous pourriez par exemple demander à votre chef spirituel de prier pour vous, de chanter ou de méditer avec vous, de vous donner la communion, de vous donner l'onction ou de vous purifier en brûlant des herbes douces;
  - discussions avec les chefs spirituels; vous pourriez par exemple vouloir discuter des questions suivantes avec votre chef spirituel :
    - difficulté à prier;
    - questions de nature religieuse liées à la maladie, à la mort ou à la vie après la mort;
    - discordance entre vos croyances et votre expérience actuelle;
    - rémission des péchés et réconciliation avec une force suprême;
    - aliénation de votre communauté de foi;
    - questions morales au sujet des options de traitement ou de soin;
- associations aux personnes qui ont été vos guides, mentors ou âmes soeurs. Ces personnes peuvent apporter un encouragement semblable et un appui si vous n'avez pas de tradition spirituelle;
- la musique et les arts;
- la nature;
- la famille et les amis.

Voir aussi : [Rituels pour les patients et les familles](#)

Parfois, la seule présence respectueuse et compatissante d'un accompagnateur spirituel suffit. On peut trouver du soulagement en parlant franchement avec une personne qui est à l'aise d'aborder ces questions.

## Trouver un accompagnateur spirituel

Vous avez peut-être déjà un accompagnateur spirituel, mais vous ne l'avez jamais perçu ainsi. Cette personne peut être un ami, un collègue, un voisin ou un membre de votre communauté religieuse. Les membres de la famille peuvent également être de bons accompagnateurs spirituels, mais il arrive qu'ils ne puissent pas fournir le genre d'appui que vous cherchez s'ils ont eux-mêmes besoin d'appui.

Vous connaissez peut-être quelqu'un hors de la famille qui est ouvert à parler de sujets personnels et de questions diverses, une personne avec qui vous avez eu ce genre de discussions avant la maladie et qui pourrait vous aider à traverser votre épreuve. Vous pourriez aussi faire appel au chef spirituel de votre communauté religieuse.

Si vous ne trouvez pas d'accompagnateur spirituel, parlez à un membre de votre équipe de santé. Beaucoup d'équipes de santé ont des conseillers spirituels qui pourront vous accompagner eux-mêmes ou vous aider à trouver quelqu'un qui pourra le faire. La plupart des hôpitaux et maisons de repos comptent de telles personnes, portant le plus souvent le titre d'« aumôniers », parmi leur personnel. Dans la communauté, votre fournisseur de soins de santé peut aussi vous organiser une rencontre avec une personne qui offre des services d'accompagnement spirituel.

## Professionnels en soins spirituels

Un professionnel en soins spirituels vous aidera à répondre à vos besoins spirituels, peu importe votre

Un professionnel en soins spirituels vous aidera à répondre à vos besoins spirituels, peu importe votre tradition religieuse. À sa rencontre, vous verrez si cette personne serait un bon accompagnateur spirituel pour vous.

Sachez aussi que ces personnes ont fort probablement déjà cheminé avec des personnes recevant des soins palliatifs.

Ces professionnels sont formés pour :

- fournir une présence compatissante pendant la maladie;
- aider les personnes à trouver le sens de la maladie dans leur vie;
- aider les gens à faire le bilan de leur vie et à se servir de leur maladie comme une occasion de célébrer leurs réussites, corriger les erreurs du passé et ajouter un nouveau chapitre à leur vie;
- aider les personnes à puiser à même leurs propres ressources spirituelles pour trouver la force et les ressources de leur communauté spirituelle;
- fournir des soins spirituels adaptés à la culture et à la religion;
- aider les gens à prendre des décisions par rapport aux traitements et aux soins;
- travailler avec l'équipe de santé à fournir des soins holistiques à la personne malade.

La fréquence des visites d'un professionnel en soins spirituels dépendra de vos besoins, de sa disponibilité et des autres ressources auxquelles vous avez accès. Ce dont vous discuterez lors des visites sera confidentiel, bien que l'aidant puisse vouloir obtenir votre permission de partager de l'information qui aiderait d'autres membres de l'équipe à vous soigner.

Les professionnels en soins spirituels sont également ouverts à parler aux membres de votre famille et même à les aider à parler de leurs inquiétudes par rapport à la maladie. Lors des périodes difficiles de la maladie ou quand la mort en découle, les familles peuvent demander à ces professionnels de prévoir ou d'organiser des prières ou d'autres rituels. Ils aident également les familles à organiser un service commémoratif ou à trouver du soutien dans le deuil, suite à un décès.

## **La difficulté de trouver un accompagnateur spirituel**

Il n'est pas toujours facile de trouver un accompagnateur spirituel. Un des facteurs suivants pourrait compliquer la démarche :

- Vous êtes peu disposé à demander du soutien spirituel parce que vous sentez que ce serait un signe de faiblesse.
- Vous ne vous considérez pas comme pratiquant et vous doutez qu'un accompagnateur spirituel puisse vous accepter ainsi.
- Vos prestataires de soins de santé ne semblent pas intéressés par la dimension spirituelle de votre maladie.
- Votre équipe soignante ne compte pas un professionnel de soins spirituels et personne ne répond à vos besoins spirituels.
- Vous vous sentez mal à l'aise de discuter de vos besoins spirituels avec quelqu'un qui n'est pas membre de votre tradition spirituelle ou culturelle.
- Vous avez perdu contact avec le chef spirituel actuel de votre propre communauté religieuse, ou vous ne vous sentez pas à l'aise avec lui.
- Vous vous inquiétez que d'autres puissent essayer de vous imposer leurs croyances religieuses.

Vous pouvez avoir l'impression que trouver un bon accompagnateur spirituel n'est pas primordial. Cependant, les bons soins spirituels sont parfois aussi importants que les bons soins physiques, car ils peuvent jouer sur votre capacité de vivre votre maladie. Voici des exemples de ce qui pourrait se passer :

- Un professionnel en soins spirituels pourrait vous questionner sur vos besoins spirituels et vous aider à y répondre.
- Si un professionnel en soins spirituels est disponible, il peut vous aider à trouver un accompagnateur spirituel.

Si un professionnel en soins spirituels n'est pas disponible, vous pourriez en faire part à un membre de l'équipe de santé à qui vous faites confiance.

- Si vous appartenez à une communauté religieuse, vous pourriez discuter de vos besoins spirituels avec votre chef spirituel ou un autre représentant.
- Lorsque les conflits spirituels ou besoins religieux sont négligés, un proche peut devenir un intervenant utile.

Les soins spirituels font partie intégrante des soins de santé, et vous avez droit à un service respectueux et compétent.

## Aux familles

Si un membre de votre famille est atteint d'une maladie potentiellement mortelle, vous pourriez avoir vous-même besoin d'accompagnement spirituel. L'annonce d'une maladie grave est inquiétante et difficile à accepter. La famille entière devra composer avec la maladie et le décès imminent, des réalités de la vie que la plupart des gens préfèrent éviter. Tant que la maladie empêche le patient de soutenir la famille, d'autres membres de la famille assument ses responsabilités. Ces changements de rôle et la possibilité du décès déchirent la famille ainsi que son identité. Votre famille pleure déjà les pertes subies et en attend d'autres.

Votre famille peut s'unifier pendant cette crise. Cependant, vous pouvez sentir le besoin de parler avec quelqu'un sans lien familial direct. Puisque chaque rapport dans une famille est unique, vous pouvez avoir l'impression que personne ne peut entièrement comprendre l'impact qu'a la maladie sur vous. Vous pouvez chercher à rencontrer un accompagnateur spirituel qui vous soutiendra pendant que votre famille s'ajuste en période de perte et de changement.

Vous pourriez également avoir des questions particulières à poser, par exemple :

- Comment parler de ce que signifie la maladie pour le patient, pour vous et pour d'autres membres de la famille? Vous pouvez souhaiter que votre famille puisse parler ouvertement de la maladie, mais ne pas savoir par où commencer.
- Comment aborder la maladie avec les enfants et les adolescents de la famille? Vous pouvez être préoccupé par le sentiment de leur faire peur ou ne pas savoir comment répondre à leurs questions sur la souffrance ou la mort.
- Comment discuter des décisions relatives aux soins et aux traitements? Par exemple :
  - « *Quand doit-on cesser le traitement actif?* »
  - « *Comment traiter le patient qui veut mourir chez lui?* »
- Comment s'assurer que les membres de votre famille auront de bons soins tout en veillant sur le patient? Vous pouvez ressentir un grand stress et une fatigue excessive et avoir besoin d'une autre perspective pour vous aider à retrouver un équilibre dans votre vie.

Les chefs spirituels des communautés religieuses et des professionnels en soins spirituels qui font partie des équipes soignantes s'intéressent habituellement autant à la famille qu'au patient. Cependant, vous devez prendre l'initiative d'organiser un temps propice pour discuter de vos préoccupations. Il est parfois utile pour un membre de l'équipe de santé de savoir que vous voulez discuter avec un chef spirituel de votre tradition religieuse ou avec un professionnel en soins spirituels. Cette personne peut alors en faire la demande pour vous.

Vous aimeriez peut-être assurer le soutien spirituel du patient, mais aucun chef spirituel de la communauté ne peut vous aider. Vous pensez que le patient a des choses à régler, mais vous êtes peu disposé à en discuter avec les membres de sa famille, ou encore vous pensez que le patient a des questions ou des soucis d'ordre spirituel à régler. Il y a plusieurs manières d'aborder ceci :

Vous pouvez demander directement au patient s'il est prêt à parler à un professionnel en soins spirituels. Voici quelques exemples :

- « *L'équipe compte une accompagnatrice spirituelle qui discute avec les patients de la façon dont la maladie les affecte. Aimerez-vous la rencontrer?* »

- *« J'ai rencontré l'aide spirituel de l'équipe, et lui parler a été très bénéfique pour moi. Je souhaite que tu puisses le voir aussi. Qu'en dis-tu? »*
- *« Parfois vous semblez si triste ou inquiet. Vous pourriez trouver utile de parler de ce que vous vivez avec un professionnel en soins spirituels. »*

Vous pouvez parler à un membre de l'équipe de vos soucis à propos du patient et demander qu'un professionnel en soins spirituels lui rende visite pour évaluer ses besoins. Cela pourrait être la meilleure approche si vous trouvez que le patient est peu disposé à s'ouvrir à vous. En parlant à un membre de l'équipe, vous pourriez également mentionner vos propres besoins spirituels.

En cas de maladie grave, les patients et les familles peuvent tirer avantage des soins spirituels. Vous pourriez jouer un rôle important en vous assurant que le patient de votre famille obtienne l'accompagnement spirituel nécessaire. Cependant, c'est au patient de décider comment utiliser cet accompagnement, et vous devez respecter ses volontés. Même si le patient ne profite pas de l'aide spirituelle offerte, vous pouvez le faire pour vous-même.

*Contenu révisé en mai 2019*