

Juin 2017 - Interview de notre bénévole Léa-

Bonjour Léa, tu as rejoint notre équipe d'écouter sur la ligne d'écoute du Centre de Prévention du Suicide récemment, quelle expérience d'écoute t'a le plus marquée ?

Je me souviens d'un appel très particulier, très lourd en émotions et en surprises. J'en ai un souvenir très spécial. Cette dame, arrivée depuis 3 semaines à Bruxelles, avait suivi son amour et faisait le constat que ça ne se passait pas bien du tout avec la famille de son compagnon. Elle se rendait compte qu'il serait impossible de vivre avec eux et avec lui, car il ne la soutenait pas. Cette dame était en forte crise, elle voulait mettre fin à ses jours-là tout de suite, ses propos étaient clairement suicidaires, elle voulait se tuer, mourir, elle était perdue.

Qu'as-tu ressenti lors de cet appel ?

Dans cet appel j'ai ressenti l'urgence parce qu'elle était vraiment mal et voulait mourir et au fil de l'appel son état ne s'est pas arrangé.

En raccrochant je n'étais pas très bien car malgré le lien que nous avons créé durant l'appel, je me suis sentie inutile. J'ai partagé sa détresse et sa souffrance mais je me sentais impuissante, impuissante à pouvoir changer les choses pour elle.

A la fin de l'appel elle m'a dit qu'elle n'allait pas mieux, alors je lui ai proposé une alternative, du fait de son état et de la persistance du mal-être et de l'envie de mourir, du fait qu'elle était seule. Je lui ai proposé de lui envoyer des secours mais elle a refusé car elle avait déjà vécu une mauvaise expérience en hôpital psy. et elle ne voulait pas y retourner. Elle a refusé en disant qu'elle allait marcher un peu, souffler, réfléchir et c'est ainsi que nous avons raccroché.

Bien que sa voix soit plus apaisée à la fin qu'au début de notre conversation, je me suis sentie nulle, j'étais mal et je pensais qu'elle n'allait toujours pas mieux, qu'elle était seule. J'étais impuissante, émue face à ma propre détresse de n'avoir rien fait. J'étais au téléphone avec elle mais j'avais le sentiment d'insuffisance...

Qu'est ce qui t'a étonnée ?

Une vingtaine de minute après, la dame a rappelé, je la sentais plus pausée, elle était contente que ce soit moi qui décroche. Elle a poussé un soupir de soulagement et elle m'a dit qu'elle voulait bien faire appel aux secours.

J'étais surprise, prise au dépourvu et par un sentiment positif, de joie, de satisfaction. Aujourd'hui encore je suis étonnée de la tournure que ça a pris. J'étais restée sur l'impression d'un coup raté ; et puis non, quelque chose s'est passé pour elle, c'était son choix de finalement faire appel aux secours. Je n'aurais jamais cru qu'elle rappellerai, même si on avait été en « bons termes ». J'ai ressenti quelque chose de très particulier et je sais que chaque appel sera différent mais cet appel a eu quelque chose de...magique. Je n'ai pas fait grand-chose, même si j'ai eu conscience du contact avec elle. Comme écoutante je ne me rendais pas vraiment compte de la force et de la puissance de l'écoute de l'autre. La détresse de l'appelant est partagée même s'il est toujours mal.

Quelques mots sur ton expérience de l'écoute ici au CPS.

A travers cet appel qui m'a fortement émue, j'ai mieux perçu ce qu'est l'ambivalence, la force de ce levier, la personne voulait à la fois mourir par amour et vivre pour lui et grâce à lui...

Il y a quelque chose qui s'est passé mais je ne sais pas vraiment quoi et comment, ça ne m'était jamais arrivé.

Après cette expérience, l'écoute sur la ligne prend encore plus de sens pour moi. La formation et l'accompagnement permettent d'intégrer ces notions d'écoute mais l'expérience sur la ligne permet de découvrir toute la force d'être en phase avec les émotions de l'autre, de les accueillir et de les partager, et au final en faire quelque chose à deux. Pour cela il convient de se mettre à entière disposition de l'autre.

Cette situation m'a fortement marquée pour mes débuts de bénévolat, c'est difficile à expliquer, peu palpable mais je suis contente de ce qu'on fait ici, de ce qui s'est passé.

Léa bénévole au CPS (interviewée par Axelle)