

LA BOUSSOLE

À partir d'une question d'actualité vécue par ses membres, la Fédération de l'Entraide Protestante offre quelques pistes de réflexion éthiques, spirituelles, ou simplement humaines, pour nourrir le sens de nos actions. Deux pasteurs et un professionnel ou bénévole de terrain croisent leurs regards...



La question de la semaine

L'empathie est-elle féminine ?

La parole

Oui, comme une mère console son enfant,
moi aussi, je vous consolerais.

La Bible, Ésaïe, chapitre 66, verset 13

Chemins de réflexion

Une marge de progression pour les hommes

Les recherches en neurosciences montrent que les régions du cerveau impliquées dans la reconnaissance des émotions et la réaction à la souffrance d'autrui sont souvent plus actives chez les femmes que chez les hommes.

Dans le domaine du travail, les professions liées au soin et à l'aide à la personne sont majoritairement occupées par des femmes. Les femmes ont aussi la capacité d'enfanter, c'est-à-dire d'éprouver charnellement la présence d'un autre en elles ; instinctivement, une mère perçoit les besoins de son enfant.

Ainsi, beaucoup d'études récentes montrent que l'empathie est plutôt une qualité féminine et cela ne s'explique pas seulement génétiquement ou biologiquement mais aussi socialement.

La porosité des catégories de genre est un avantage de notre époque : rechercher des qualités féminines pour un homme ne serait pas déchoir mais, au contraire, s'élever à plus d'humanité.

J'aime l'idée que le masculin a une certaine marge de progression dans ce domaine. Gommer les spécificités féminines laisserait penser que les hommes n'ont pas d'efforts à faire et, qu'au nom de l'égalité des sexes, nous pourrions nous contenter d'une médiocre uniformité.

Brice Deymié, pasteur de l'Église protestante française au Liban



*Pléiade,
Marie-Hélène Vallade Huet*

Un besoin universel d'être écouté

À l'heure où il devient périlleux d'aborder les questions de genre sans prendre des précautions oratoires, je préfère parler d'empathie « genrée ». Nous avons tous besoin d'empathie, de nous sentir compris, acceptés, aimés.

Ainsi cette jeune femme qui affirmait que son animal de compagnie était plus empathique que ses proches. Ainsi cette patiente, pourtant issue d'un milieu aisé, qui avouait n'avoir jamais été aussi bien traitée que lors de son hospitalisation.

L'empathie est devenue un objet d'études. Selon de récentes recherches, le féminin l'emporterait sur le masculin dans ce domaine !

À l'heure où il est question de « masculinité toxique », Dieu lui-même souffrirait de se dire au masculin. Des pasteurs proposent de le « démasculiniser » pour l'appeler Dieu.e !

Découvrant un jeu destiné à faire de nos enfants des « champions de l'empathie » et à développer leur quotient émotionnel, je me suis rappelé cette redoutable championne dans son genre : elle était la plus apte de l'équipe à accompagner les personnes fragilisées, avait la meilleure écoute... et une façon de prendre le pouvoir qui a plombé tout un service !

Pour pouvoir manifester de l'empathie, je dois d'abord reconnaître ma part d'ombre, mes limites, mes ambiguïtés, et accepter d'avoir moi aussi besoin d'être écouté.e. La bienveillance commence par là.

Éliane Wild, pasteur Uepal en retraite

Des neurones de l'empathie

Dans le cerveau, des neurones miroirs sont présents dès la naissance.

Ils s'activent dans l'interaction sociale, identifient les intentions et les idées, reconnaissent les émotions d'autrui.

Ces neurones de l'empathie interviennent dans l'apprentissage et la répétition de gestes par imitation. L'état émotionnel de l'autre peut donc être simulé chez soi tout en maintenant une distance affective. Un soignant perçoit ainsi ce que la personne soignée ressent et sa prise en soin s'en trouve plus pertinente.

Il n'est donc pas question de genre, c'est le rôle des parents et des enseignants d'optimiser et de transmettre l'empathie. L'apprentissage par imitation, la mise en situation à tout âge reste toutefois possible car la plasticité cérébrale, cette capacité que possède le cerveau de recréer des connexions, reste fonctionnelle.

Peut-on apprendre à percevoir ce que ressent un prématuré sous surveillance dans sa couveuse, s'il est confortable ? Un soignant empathique me l'a appris : l'attitude, l'écoute, le toucher, l'attention me rendent capable de ressentir ce qu'éprouve le petit être pour mieux le soigner.

Ce sont l'éducation genrée et les modèles adoptés qui infléchissent l'orientation socio-professionnelle des filles vers les métiers à forte charge empathique comme les soins à la personne.

Catherine Wendling, médecin hospitalier

Des mots pour prier

”

Ô douce lumière qui éclaire sans brûler,
Fais de mon cœur un refuge où l'autre peut se déposer,
Un espace sans peur, sans jugement,
Où chaque blessure trouve l'écho d'une main tendue.

Donne-moi l'écoute qui devine les silences,
Les mots qui apaisent sans effacer la vérité,
Le regard qui embrasse sans posséder,
Et la force d'accueillir sans m'oublier.

Que mon âme soit rivière,
Épousant les rives de ceux qui souffrent,
Sans jamais cesser de couler vers la mer.

Parution du Livre II de La Boussole



À découvrir ICI

Cliquez ici pour vous abonner à
LA BOUSSOLE
pour nourrir le sens de notre action