

# Aider un confrère

Depuis que l'association **Vetos-Entraide** (<http://www.vetos-entraide.com>) a osé briser les tabous et parler sans gêne de ces vétérinaires qui souffrent au travail, et que ce message a été relayé dans les médias et diffusé au sein de l'entreprise vétérinaire, le regard porté sur les uns et sur les autres s'est modifié. Le vétérinaire est, semble-t-il, plus attentif aux signes de mal-être exprimé par ses confrères et consœurs, et l'association est régulièrement alertée par des vétérinaires qui se soucient réellement du bien-être de leur entourage personnel ou professionnel.

Que peut-on faire pour aider ? Faut-il rester les bras ballants sans rien faire ? Ne peut-on rien faire pour aider ? C'est en réponse à ces interrogations que Vetos-Entraide vous propose ce document, destiné à soutenir une personne en difficulté.

## Les principes d'intervention de Vetos-Entraide

Si Vetos-Entraide peut apporter une aide aux vétérinaires et leurs proches dans la difficulté, elle n'intervient que sur appel de la personne elle-même. Seuls quelques rares cas d'urgence vitale provoquent une dérogation à cette règle.

Trois grands principes éthiques guident l'action de Vetos-Entraide :

- **Le principe de bienfaisance** : La recherche du mieux-être est le fil rouge de notre action.
- **Le principe de non-malfaisance** : *Primum non nocere* ; c'est aussi le principe qui guide toute intervention médicale.
- **Le principe d'autonomie de la personne** : La base de ce principe est de reconnaître à l'autre la capacité d'agir et lui préserver sa totale liberté de décision. C'est aussi lui reconnaître le droit de penser autrement.

Ceci a deux conséquences :

- Vetos-Entraide ne peut intervenir sans que la personne concernée ne lui demande directement.
- Vetos-Entraide ne délivre pas de solutions-conseils mais fournit plutôt une série d'éléments permettant de prendre des décisions.

## Comment savoir si un confrère va mal ?

Les signes sont nombreux car généralement les signes de souffrance au travail se traduisent par différents symptômes qui ont souvent des répercussions sociales fortes (ce n'est hélas pas toujours le cas, des dépressions longues peuvent évoluer de manière discrète et se solder par un suicide alors que personne ne pouvait s'y attendre).

Généralement il est possible d'observer :

- **Des troubles du comportement** : L'anxiété ou la dépression peuvent se traduire par une forte irritabilité, des personnes de l'entourage relatent des colères inopportunes, des agressions verbales ou physiques, des insultes.
- **Des conduites addictives** : Alcool, médicaments, drogues...
- **Une désocialisation progressive** : Le confrère abandonne les tours de garde, se retire des réunions où il était habituellement présent, refuse les invitations.
- **Un suicide administratif** : Il se traduit par le refus systématique de toute obligation administrative.
- **Une fuite des clients** : Ces derniers partent vers la concurrence, se plaignent. Ceci a pour conséquence de voir les recettes diminuer de manière drastique ce qui accentue d'autant plus la désocialisation.
- **Une série de crises** : crises de couple, crise avec les employés, procès en cours, plaintes ordinaires, plaintes prud'homales.

En savoir plus :

[http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/crise\\_suicide -- la\\_reconnaitre !.pdf](http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/crise_suicide -- la_reconnaitre !.pdf)

## Que faire dans ce cas ?

S'il s'agit d'un confrère avec qui l'on entretient de vagues relations, il est difficile de l'aborder directement et proposer son aide sans lui donner l'impression de s'immiscer dans sa vie privée. Il est important de prendre conscience de la honte que peuvent ressentir les personnes en difficulté. Cette honte a tendance à s'effacer lorsque la parole est libérée et que l'aveu des difficultés se fait.

Cependant il est possible, surtout lorsque les signes de souffrances sont éloquents :

- D'en parler avec d'autres confrères et de manifester des gestes de solidarité : « nous nous faisons du souci pour toi, que peut-on faire pour t'aider » de manière directe (une lettre, une carte, un coup de téléphone, un mail), ou indirecte (en essayant de contacter des proches (membres de la famille, associés, salariés de la structure).
- De faire connaître Vetos-Entraide et les autres associations d'Entraide, elles ont chacune leur spécificité qu'il est bon de connaître :
  - en lui en parlant directement et sans détour : est-ce que tu connais cette association ? tu sembles en difficulté, peut-être que ça pourrait t'aider ? tu en fais ce que tu veux.
  - en remettant le tableau des associations d'Entraide aux proches ainsi qu'une plaquette d' « Ecouter », à charge pour eux d'en parler.
  - en remettant ces documents aux délégués qui ont parfois des liens étroits avec leurs clients et peuvent être plus à l'aise pour en discuter.
- De signaler à l'ordre local qu'un confrère est sans doute en difficulté : ceci permet à l'Ordre de remplir sa mission sociale et d'agir préventivement avant une catastrophe (procès, faillite, tentative de suicide...). En cas d'insuffisance, l'ordre national peut être alerté.

Les aides financières, les aides techniques, les propositions de remplacements de courte durée (pour souffler par exemple) viennent en second plan, elles sont pourtant autant de témoignages forts de votre préoccupation.

Plus que ces aides elle mêmes, le simple fait de les proposer peut être l'élément de réconfort qui permet de reprendre courage et de prendre une décision de sortie de crise (rupture du silence, reconversion, engagements dans des soins, vente de clientèle...)

**Le lien social est un élément de protection majeur qu'il faut préserver et cultiver coûte que coûte.** Il est parfois nécessaire de se battre pour préserver ce lien, car la personne en souffrance est souvent dans une situation de colère, de rejet ou d'indifférence.

En savoir plus :

[http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/ce\\_qu\\_il\\_faut\\_faire.pdf](http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/ce_qu_il_faut_faire.pdf)

## Que puis-je faire de plus ?

Aider l'autre c'est aussi agir en amont, prévenir, informer, préserver le lien social.

Plusieurs actions peuvent être menées :

- faire connaître Vetos-Entraide en en parlant autour de soi
- adhérer à l'association, y participer, la faire vivre
- participer à la liste de discussion en s'efforçant d'écouter, de partager
- faire un don

## Documents utiles

- Plaquette « Vetos-Entraide »  
[http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/Plaquette\\_VE.pdf](http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/Plaquette_VE.pdf)
- Plaquette « Ecouter »  
[http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/Plaquette\\_espace\\_d\\_ecoute.pdf](http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/Plaquette_espace_d_ecoute.pdf)
- Aide vétérinaire et soutien social, avec les CROV et les Associations d'Entraide Vétérinaire  
[http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/CRO\\_et\\_entraide.pdf](http://www.vetos-entraide.com/sites/default/files/CRO_et_entraide.pdf)