

## Les bénéfices cachés du bénévolat



© Auremar / Fotolia

L'aide à autrui est répandue en Suisse. Les associations bénévoles classiques cohabitent avec les groupes d'entraide, la solidarité sociale spontanée, l'activité des aidants naturels. Etat des lieux.

---

Par **Philippe Lehmann**, professeur de politique de la santé et de santé publique à la Haute Ecole cantonale vaudoise de la santé, Lausanne

Curaviva : **Face à la diversité des activités bénévoles, comment trouver une définition simple et commune ?** [\[1\]](#)

**Philippe Lehmann** : Le bénévolat répond généralement à cinq caractéristiques. C'est une activité individuelle, non rétribuée, librement choisie, effectuée avec sérieux, au service d'un groupe de la population, de personnes ou d'un idéal.

En Suisse et presque partout en Europe, la vision large du bénévolat inclut l'activité dans un club sportif, la défense du patrimoine, la participation à une société de musique, la défense d'intérêts précis dans un parti politique, le militantisme pour une cause sociale, etc.

**Tout de même, dans le langage courant, le mot « bénévolat » correspond plutôt à l'idée d'une aide sociale ou caritative.**

Et bien non. On y trouve de tout. Tant les statistiques fédérales que les organisations institutionnalisées de promotion du bénévolat recensent aussi bien les associations d'aide à la personne en difficulté que les syndicats, les sociétés sportives, culturelles, religieuses. Malgré cette diversité, elles ont toutes un point commun : une activité tournée « vers l'autre ». Cette activité peut s'avérer gratifiante « pour soi », mais elle est d'abord orientée vers un bien collectif ou le bien-être d'autrui.

C'est précisément cette particularité qui permet de distinguer le bénévolat de l'entraide. Dans une perspective d'entraide autogérée, on est d'abord tourné vers l'« aide à soi », sur un problème partagé avec d'autres personnes ; on échange des expériences, des connaissances ou des compétences. Dans le bénévolat au contraire, on n'a en

principe pas de problème personnel. Ou du moins, ils sont tus et cachés !

### **Les activités de bénévolat et d'entraide sont-elles en concurrence ?**

Les deux choses se complètent. En Suisse, les réseaux de bénévolat et d'entraide voisinent désormais souvent sous le même toit. A Lausanne par exemple, l'Association AVEC et l'Association vaudoise du bénévolat fusionnent et auront un seul mandat commun du canton. A Fribourg, le Réseau Bénévolat s'ouvre actuellement aux activités de promotion de l'entraide. Une collaboration semblable se met en place à Neuchâtel et existe dans plusieurs cantons alémaniques.

Ce rapprochement fait sens puisque, si vous me passez l'expression, le « bénévole sans problème » du bénévolat classique et le « bénévole avec problème » des groupes d'entraide cherchent tous deux des solutions.

### **Est-ce qu'une personne « sans problème » existe vraiment ?**

Oh ! certainement. Je pense que de nombreux bénévoles, hommes et femmes, ont résolu les différentes étapes de leur vie avec succès, sont en pleine forme physique et psychique et souhaitent s'engager pour autrui. Toute caricature mise à part, ils font penser aux dames patronnesses d'antan qui consacraient quelques journées aux pauvres. Dans sa longue tradition, le bénévolat a été le fait d'une classe sociale aisée, de gens de la bonne société avec des ressources qui aident des gens sans ressources. Actuellement, c'est encore partiellement le cas.

Pour ces bénévoles « sans problème », une difficulté peut surgir lorsqu'il faut subitement changer de rôle... Je pense par exemple à ma mère, très active pendant des années comme chauffeuse pour des personnes malades ou handicapées. Au moment où elle a été fragilisée par la vieillesse, elle n'a pas osé demander de l'aide. Passer du statut de personne forte, serviable, disponible à celui de bénéficiaire affaibli ou dépendant : c'est un renversement des rôles souvent délicat.

### **Quels sont les autres dangers auxquels sont confrontés les bénévoles ?**

Le danger principal provient des bénévoles tellement « bienveillants » qu'ils imposent, consciemment ou non, leur façon de voir, leur manière de vivre, leur facilité à résoudre des problèmes. Ils ont de la peine à se mettre dans la perspective d'un bénéficiaire qui n'a pas la même éducation, pas la même origine sociale, religieuse ou culturelle. Je pense que l'interculturalité et l'ouverture d'esprit sont les premières valeurs que doit posséder un bénévole.

### **Même avec ces valeurs, le bénévole sera toujours dans une situation plus confortable que celle du bénéficiaire...**

Quand l'aide est pratiquée dans un même milieu social, en particulier dans les milieux populaires, on ne parle généralement pas de « bénévolat ». L'aide est plus informelle, plus spontanée, plus orientée sur le réseau familial, de voisinage, d'amitiés ; elle n'entre pas dans les mécanismes bienveillants et bien intentionnés – sans connotation négative – des structures associatives. En fait, les structures de promotion du bénévolat sont parfaitement bien conçues pour les couches moyennes qui souhaitent aider les démunis. Lorsque des personnes pauvres, exclues ou marginalisées s'aident entre elles – et elles le font très souvent – elles procèdent autrement et on parle alors plutôt de « solidarité ». A mes yeux pourtant, c'est aussi une forme de bénévolat puisqu'il s'agit d'une activité librement consentie, non rémunérée, etc.

Les uns et les autres éprouvent d'ailleurs probablement la même satisfaction dans leur activité, le même plaisir silencieux à aider l'autre... J'ai remarqué que personne n'ose dire ouvertement que cela lui fait plaisir d'aider les autres (sauf dans les questionnaires anonymes). C'est pourtant une composante essentielle du bénévolat. On est rétribué non en argent, mais en reconnaissance, en remerciements, en sentiment de « bien faire ».

## L'organisation du bénévolat a-t-elle changé au fil des décennies ?

Par rapport à la fin du XIXe et au début du XXe siècle, le bénévolat est devenu moins élitaire. Aujourd'hui, chacun peut accéder aux informations et répondre aux demandes qui correspondent à ses compétences et à ses envies. Les sites internet des réseaux associatifs évoquent cette égalité des bénévoles, qu'il s'agisse de faire des courses, de garder des enfants ou de conduire un malade chez le médecin. Depuis une trentaine d'années, le bénévolat a été invité à mieux s'organiser, en particulier pour l'aide aux personnes malades, handicapées et dans le vaste pôle du maintien à domicile mis en avant par les associations, les professionnels et les autorités politiques.

## Justement, les bénévoles et les professionnel-le-s travaillent souvent ensemble. Est-ce source de conflits ?

Mes connaissances partielles du terrain ne me permettent pas de généraliser. Mais j'ai l'impression que ces deux types de prestations s'harmonisent bien lorsqu'elles sont bien... séparées. Ainsi, les soins médicaux, les soins intimes, les tâches qui exigent une grande responsabilité sont du ressort des professionnels. Les services d'accompagnement dans la vie quotidienne, que ce soit la lecture à domicile, la surveillance des devoirs des enfants, l'aide au déplacement en voiture me semblent parfaitement adaptés aux bénévoles. Afin d'éviter toute confusion, il importe de délimiter clairement les activités de chacun tout en instaurant une bonne communication.

## Certaines formations destinées aux bénévoles deviennent pointues et se rapprochent de formations professionnelles...

Dans quelques secteurs seulement. Par exemple dans l'accompagnement de malades chroniques ou très âgés. En effet, tant qu'une personne accompagne son conjoint ou son cousin malade, sa tante en fin de vie, elle peut le faire à sa manière. Quand un bénévole accompagne un « inconnu », il doit maîtriser certaines connaissances de base. Les formations mises en place sont bienvenues, mais elles n'attirent, je crois, qu'une minorité de bénévoles.

Les autres formations proposées aux bénévoles concernent plus souvent la gestion : savoir créer une association, présider, tenir des comptes, favoriser la dynamique de groupe, éviter de se faire monopoliser par un cas lourd...

## Depuis quelques années, des formations sont aussi mises en place pour les proches aidants.

Il faut faire très attention au dogmatisme ambiant sur ceux qu'on appelle désormais les « aidants naturels » ou « proches aidants » ! Le discours actuel semble dire que tout un chacun peut (ou doit) apporter ce soutien. Je ne le crois pas. Certaines personnes ne peuvent pas entrer dans ce rôle et il me semble vraiment contre-productif de les y forcer. Il faut que des structures privées ou publiques puissent remédier à cette absence. Autour d'une personne âgée par exemple, la configuration d'aide doit compter si possible plusieurs acteurs : des professionnel-le-s, des bénévoles, des proches.

Sur les aidants, j'aimerais citer un cas exemplaire qui concerne la maladie d'Alzheimer. Une sensibilisation existe pour soutenir les proches aidants de ces patients. C'est très précieux. Mais le spécialiste américain Peter Whitehouse va plus loin. Dans son livre *Le Mythe de la maladie d'Alzheimer*, il insiste sur les bienfaits d'une activité associative pour ceux qui ont des symptômes d'Alzheimer. L'auteur leur recommande le bénévolat sous toutes ses formes parce qu'il gratifie celui qui l'accomplit, lui donne la fierté d'être quelqu'un, entretient ses facultés cognitives, donne du sens à sa vie. Simultanément, cette activité constitue une méthode efficace de prévention « pour soi » puisqu'elle lutte contre l'isolement et une série de dégradations physiques et psychiques. Cet éclairage me paraît tout à fait intéressant car il montre que, même pour les personnes « avec problème » – pour reprendre cette expression – le bénévolat est doublement enrichissant. Une nouvelle fois, je souligne qu'il n'y a pas de honte à penser aux « bénéfiques personnels » du bénévole, pas seulement à son « dévouement ».

## **Par rapport au dévouement, jusqu'où doit aller l'empathie de la personne bénévole ?**

Les bénévoles doivent avoir l'esprit du don, doivent aimer ceux qu'ils aident. Ils doivent aussi être convaincus de la valeur de ce qu'ils font. Mais pas trop ! Il existe plusieurs chartes du bénévolat qui insistent sur la nécessité de garder de la distance, de la neutralité, de ne jamais imposer ni son aide, ni sa manière de voir, ni ses croyances.

Prenons le cas de l'Armée du Salut ! Dès ses débuts, elle a établi la règle des trois S, pour Soupe-Savon-Salut. C'était fort sage de considérer que la nourriture et l'hygiène sont prioritaires. Les nourritures « spirituelles » ne sont proposées que lorsque les besoins de base sont satisfaits. D'autres mouvements, évangélistes par exemple, n'ont pas cette transparence et pratiquent encore le prosélytisme religieux sous couvert d'aide sociale.

## **Comment l'Etat considère-t-il le bénévolat ? Le soutient-il suffisamment ?**

L'Etat a toujours bien accueilli le fait que la société civile fournisse des prestations. Il a toujours compté sur les activités volontaires et spontanées de la population. En Suisse, c'est même explicitement écrit dans la loi par le principe de la subsidiarité de l'Etat. Ainsi, l'Etat s'occupe uniquement de ce que les individus, les familles, les entreprises, les clubs, la société civile ne peuvent pas accomplir eux-mêmes. Et ce principe est valable aussi bien pour les activités lucratives que non lucratives.

Depuis les années 80, les cantons et les communes ont soutenu des plateformes de recrutement de bénévoles, notamment pour l'aide à domicile, les visites de prison ou à l'hôpital, etc. Il a accordé des subventions pour la mise en place de permanences téléphoniques, pour des locaux ou pour la création de sites internet. En fait, l'Etat encourage les associations non pas en les subventionnant de façon directe, mais en facilitant leur travail.

En cette Année européenne du bénévolat, les pouvoirs publics me semblent tentés de grossir un peu leur soutien réel au bénévolat. D'autant que les subventions proviennent pour environ 90% des fonds de loterie. Il n'en reste pas moins que la Confédération, les cantons et les communes font preuve de beaucoup de bienveillance à l'égard du bénévolat. C'est tout à leur avantage et cette manière de procéder fonctionne globalement bien.

## **Que penser de la tendance actuelle de l'Etat à conclure des contrats de prestation avec des associations ? Modifie-t-elle la dynamique du groupe ?**

Je ne pense pas. Il importe pour ces associations de délimiter les fonctions des bénévoles et des collaborateurs rétribués. Il ne me semble pas qu'une subvention ciblée dénature les services fournis, elle devrait plutôt garantir une meilleure qualité du service. Mais il existe des cas limites et chaque association doit veiller à ne pas mettre en péril son engagement auprès des bénéficiaires. Quand elle s'engage à ne pas dénoncer la clandestinité de sans-papiers par exemple, elle ne doit pas accepter de contrats de prestations qui supposeraient l'inverse.

## **Avez-vous repéré de nouvelles méthodes dans l'encouragement public de la vie associative ?**

Il me semble que de nouvelles pistes sont explorées. Dans la santé par exemple, on voit actuellement la Confédération intéressée à faciliter l'entraide auto-organisée des groupes de patients. Le projet de loi sur la prévention et la promotion de la santé prévoit en effet que l'Etat fédéral soutienne les organisations de malades ainsi que les plateformes de soutien et de promotion de l'entraide. L'investissement actuel de la Confédération représente environ 600'000 francs par an.

L'encouragement des groupes d'entraide est un signal intéressant. Ces groupes sont déjà assez nombreux : entre 4000 et 5000 dans le pays. Ils ont une trentaine d'années en Suisse alémanique et sont apparus plus récemment en Suisse romande. Ils n'ont pas de structure fixe et se créent parfois aussi rapidement qu'ils disparaissent. A mes yeux,

ils sont révélateurs d'une évolution de notre société. Aujourd'hui, les personnes sont censées se prendre en main. Elles doivent savoir identifier leur problème et prendre les dispositions pour le résoudre.

### **Les structures d'aide, miroir de notre société ?**

Nous entendons souvent dire que notre époque est caractérisée par l'individualisme, par la rupture des liens familiaux et sociaux. L'air du temps serait au chacun pour soi. Je n'en suis pas si sûr. Ce phénomène existe, je ne le nie pas. Mais en parallèle, nous assistons à la tendance inverse : le bénévolat et l'entraide n'en sont pas les seuls représentants. Il y a l'essor de l'agriculture de proximité et de la protection de l'environnement, de la créativité culturelle, des solidarités de quartiers, etc. Je pense que notre société est tirée entre deux pôles, l'un hédoniste-insouciant et l'autre solidaire-responsable.

### **L'attitude individualiste n'est-elle pas plus forte que l'attitude solidaire ?**

Il ne me semble pas. C'est probablement pour valoriser le bénévolat qu'un grand travail de validation des acquis de l'expérience (VAE) s'est d'ailleurs mis en place. De nos jours, il est chaudement conseillé de mentionner dans son curriculum vitae, attestations à l'appui, les activités bénévoles, les compétences personnelles et d'engagement social qu'elles ont renforcé. Elles sont parfois jugées aussi précieuses que les expériences professionnelles.

Cette valorisation du bénévolat est aussi favorisée par l'Office fédéral de la statistique qui, depuis quelques années, mesure la « valeur financière » des activités non payées : le travail ménager, l'éducation, la garde des petits-enfants par les grands-parents, etc. Il s'agit souvent de milliards de francs. Pour l'Etat, c'est une excellente façon de prendre officiellement acte du travail non salarié, bénévolat ou autre, de le reconnaître et de l'encourager.

En eux-mêmes, ces chiffres sont abstraits. Mais ils permettent – et je pense qu'ils sont présentés dans cet objectif – de reconnaître une valeur au travail non rémunéré. Que cette valeur soit formulée en milliards de francs souligne l'importance nationale de cet engagement. L'Etat rappelle du même coup que certains rôles sont correctement accomplis par la société civile et que son propre rôle n'est que subsidiaire. C'est aussi, tout simplement, une façon de dire merci.

[1] Interview parue dans la [Revue Curaviva](#) N°1/2011