

## Les Expressions

---

- Nous caressons un espoir
- L'espoir donne des ailes
- Une lueur d'espoir
- Tant qu'il y a de la vie y a de l'espoir
- Etc...



## L'ESPOIR

### *chemin de vie*

---

*Régis Gagnon*

*Animateur de pastorale*

**CHA Québec**



---

## NOUS ESPÉRONS TOUS



## PLAN DE L'EXPOSÉ

---

### **ESPOIR**

- la définition
- les composantes
- l'ombre
- les obstacles
- le désespoir
- le non-espoir
- les apprentissages
- les bienfaits
- dans un contexte de fin de vie
- les saisons de l'espoir



## Définition

---

- Un état de foi, de confiance profonde qui agit comme le propulseur de nos actions
- Larousse: État d'attente confiante



## Ce que l'espoir n'est pas

---

- Une promesse
- Un mensonge
- Un outil
- Un déni
- Un délire



## Composantes de l'espoir

---

- **Avenir** *résultat dans le futur*
- **Issue favorable** *c'est bon pour nous*
- **Confiance** *résultat positif*



## Les faux espoirs

---

Évitement des négations de la réalité



## Obstacles à l'espoir

---

- Symptômes non contrôlés
- La maladie, souffrance
- Un suivi médical inadéquat
- La solitude, vivre la maladie seul
- Attente trop longue pour voir son médecin



## L'ombre de l'espoir

---

- **Avenir** *oublier le moment présent*
- **Issue favorable** *je décide de moi-même*
- **Confiance** *incertitude*



## Lorsque l'espoir nous quitte

---

### Le désespoir

C'est une opinion chargée d'émotions ou un état émotif qui découle d'une perception



## Obstacles à l'espoir

---

- Changements dans notre vie
- Un manque ou un excès de responsabilités
- Absence de stimulations et d'encouragements
- Stress
- Déception, perte
- Barre trop haute
- Abandon, isolement



---

**ESPOIR**

**DÉSESPOIR**  
**NON-ESPOIR**



---

## **Le désespoir**

« Mon enfant est condamné. Il n'y a plus de rémission possible à sa leucémie. Je suis désespéré ».

« J'ai tout perdu, lors de la catastrophe. Je suis désespéré de me sortir de cette horrible situation ».

---



---

## **Le désespoir**

Sentiment d'impuissance

ÉMOTIONS:

- Tristesse
  - Révolte
  - Rage
- 



## Le NON-ESPOIR en NOUVEL ESPOIR

---

- Accepter son impuissance
- Aller lentement
- Tâtonner avec douceur, humilité, patience



## Le NON-ESPOIR s'installe:

---

- Il est dans le présent **AVENIR**
- Ne s'attache pas à une situation favorable définie **SITUATION FAVORABLE**
- Attendue dans le futur comme unique solution **CONFIANCE**



## Les apprentissages

---

- Le lâcher prise
- Le retour sur soi
- Le changements de comportement
- Le renouvellement de la personnalité
- Le développement de la maturité
- La quête de sens
- L'initiation à la mort



## Le NON-ESPOIR

---

- Impuissance
- Nous ébranle
- Brise nos projets et illusions
- Dérange nos habitudes



## Bienfaits de l'espoir

- Influence de façon positive le système immunitaire
- Diminue les effets du stress
- Permet de composer avec la phase terminale
- Élément essentiel qui permet au vivant de continuer à vivre et au mourant de mourir dans la dignité



## Bienfaits de l'espoir

- Élément essentiel à la vie
- Donne sens, direction, motivation et raison d'être
- Force énergisante et motivante
- Fait partie intégrante de la qualité de vie
- Facteur important de bien-être physique, psychologique et spirituel
- Peut augmenter la survie



*Escouram*

**Es**poir  
**Cou**rage  
**Am**our

## Bienfaits de l'espoir

- Pré requis pour composer efficacement
- Permet de composer avec la douleur
- Permet de composer avec les pertes, la souffrance et l'incertitude
- Donne un sens à la vie
- Lié à la mort digne
- Force vitale qui fortifie les défenses physiques et psychologiques durant l'expérience de cancer





## **BIBLIOGRAPHIE**

---

- « *La force de l'espoir* » son rôle de guérison  
Jérôme Groopman JC Lattès, 2004
  - « *Entre malheur et espoir* » annoncer la maladie,  
le handicap, la mort.  
Presses universitaires de Strasbourg  
Sous la direction de Marie-Jo Thiel, 2006
  - « *Spiritualité et cancer* » l'espoir  
Henri Joyeux, François Xavier de Guibert, 2004
  - « *Le paradoxe de l'espoir* »  
Revue Vivre, Volume 6, #4
-