

Le pas de côté

Quand la consultation déborde ou échappe, le rire et l'humour permettent le décalage, le changement de point de vue. Ils (re)lient deux êtres humains.

Guillaume Getz

Médecin généraliste

■ M. D, 65 ans, dépendant aux anxiolytiques et à l'alcool, me critique avec véhémence parce que je ne suis pas assez disponible à son goût : « Vous êtes toujours en vacances, à Courchevel je suppose. Et puis vous n'êtes qu'un bouffon, d'ailleurs c'est comme ça que je vous appelle auprès de mon assistante sociale ; tiens j'ai rendez-vous avec le bouffon aujourd'hui ». Et bien : « Appelez-moi donc le bouffon de Courchevel dans ce cas ». Bon éclat de rigolade partagé. Je me dis que je la ressortirai, cette expression-là.

Rire avec

L'humour nous apporte beaucoup, à moi et aux patient-e-s. Il crée des bulles de mieux-être dans le désespoir de l'annonce d'une maladie grave, d'une fin de vie. Il fait baisser la tension quand le désaccord fait monter la pression. J'aime saisir sur le vif une phrase, un mot et rebondir pour rire avec le patient (le tout étant de rester empathique et centré sur les besoins du/de la patient-e). Je ressens quand je peux me permettre de rire avec le patient-e d'une situation et quand c'est malvenu. Il s'agit de se laisser guider par le/la patient-e, être attentif surtout à la communication non verbale.

Ce patient que je vois pour tout autre chose et qui m'annonce en fin de consultation qu'il a un peu mal à la gorge. Je lui dis qu'il a sûrement un chat dans la gorge en plaisantant. Il revient me voir trois semaines après et m'annonce que ce n'était pas un chat mais... un crabe. Cancer du pharynx. Rire jaune. Pour le thérapeute, rire, c'est parfois se défendre de l'insoutenable et du tragique.

Mme M., 35 ans, dont la personnalité ne permet pas l'intégration dans les structures économiques du Capital, survit entre la rue, les marchands de sommeil et son RSA. Les consultations ne sont pas faciles, les demandes parfois incongrues, insistantes, non programmées, avec des mélanges de psychotropes et autres médicaments

...

J'ai l'impression que cette manière de rire dans le soin est une manière de rire de la vie, de son absurdité, ses injustices.

■ ■ ■

pour « tenir ». Un humour ironique, cynique et triste est toujours présent. Elle se décrit comme une « clown céleste ». Elle me parle de psychiatrie, des foyers qu'elle a connus, comme des expériences « tragicomiques ». Cela crée une ambiance tendue, mais j'ai appris à la suivre dans ses « délires » quand elle me parle de ses expériences mystiques sous drogues. Avec elle, j'ai l'impression d'être un acteur-spectateur d'une clown-illusionniste qui se joue de la vie, faute de mieux, et dont le spectacle est la mise en scène d'une vie quotidienne difficile.

J'ai l'impression que cette manière de rire dans le soin est une manière de rire de la vie, de son absurdité, ses injustices. Décaler le point de vue, le fameux pas de côté que l'on apprend au tango. C'est sans doute prendre du pouvoir sur la situation ou au moins s'en donner l'illusion.

Rire de/aux dépens de

Rire, c'est aussi être responsable et attentif. Je suis toujours gêné et attristé de rire aux dépens de quelqu'un-e. C'est une pratique courante de défense, particulièrement dans les équipes soignantes. Elle permet de souder l'équipe autour de jugements de personnes aux comportements considérés comme ridicules, vulgaires, extraordinaires, anormaux. J'y suis moi-même sensible et je ris intérieurement aux situations grotesques. Cette patiente anxieuse, qui appelle au cabinet cinq fois par jour, chaque fois qu'elle a mal digéré sa brioche ou son yaourt et qui demande quoi faire, finit par nous faire rire, après nous avoir longuement agacés. Ce rire d'équipe a un coût, celui du jugement. Lorsque je ris de cette dame, je sors sans vraiment m'en rendre compte de la relation de soin pour entrer dans celle du juge qui normalise et distribue les bons et les mauvais points.

Apprendre à rire, apprendre à être soi

Aujourd'hui, je ris presque à chaque consultation avec mes patients. Il y a quelque temps encore, ça n'allait pas de soi. Bien qu'étant de tempérament joyeux, il m'a fallu déconstruire mes représentations du bon médecin toujours sérieux et créer mon propre style relationnel. Cet apprentissage et cette découverte se sont faits un peu à contre-courant de mes études médicales. Quand vous arrivez en médecine, peu de choses vous incitent à rire. On découvre vite la compétition féroce pour les concours ou pour réserver les places en amphithéâtre, puis un peu plus tard les visites

« traumatiques » à dix étudiants dans une chambre d'hôpital. Et puis ces mandarins en costume trois-pièces qui pratiquent la pédagogie de l'intimidation. Surtout, je dirais que le style relationnel, qui nous est montré comme modèle, n'inclut pas vraiment le rire bienveillant. Cette fameuse distance thérapeutique qui nous est imposée au forceps nous empêche de rentrer dans une forme d'intimité psychique et psychologique avec les personnes, nécessaire au lâcher prise et au rire.

Au contraire, j'ai découvert un humour « carabin », moqueur, méchant, vulgaire et jugeant.

Ce type d'humour s'intègre dans l'apprentissage du « devenir soignant ». On apprend les blagues des chirurgiens, des anesthésistes, etc. On s'y laisse facilement conduire, puisque c'est comme cela paraît-il que l'on devient médecin.

Au début de ma pratique, j'ai essayé de jouer au méde-

cin sérieux en serrant les dents. J'avais l'impression que c'était ce que les patient-e-s et les autres soignant-e-s me demandaient. Et je me répétais : « Garder la distance, garder la distance ; la santé et le soin sont des sujets sérieux ». Et cette étiquette collée dans ma tête : « Prière de ne pas rire ! ». Je me rends compte que ces tentatives infructueuses ont généré beaucoup de souffrance chez moi et ont probablement nui à mes relations thérapeutiques d'alors. Plus tard, en médecine générale, j'ai rencontré des médecins qui avaient un autre style relationnel et cherchaient l'alliance thérapeutique par le rire. J'ai pu voir qu'ils/elles étaient eux/elles-mêmes avant d'être médecins. Ils/elles s'étaient créés leur propre style. J'ai découvert qu'être médecin, c'est avant tout... être soi. Avec le temps, l'expérience, la confiance en soi, j'ai pu moi aussi créer le médecin que je suis, à mon image, un sourire aux lèvres. ■

C'est pour un sondage

Humour, rire

Sylvie Cognard

Médecin généraliste retraitée

Lilian est devenu tétraplégique suite à un accident de moto. Je suis son médecin traitant et j'ai appris avec lui tout ce qui concerne les soins à apporter à ce type de handicap. Avant, je n'y connaissais rien. Je lui rends visite une fois par mois. Les infirmières passent tous les jours matin et soir pour le lever et le coucher. Une aide à domicile passe tous les midis.

Il a un appareillage électrique qui lui permet de pisser. Voilà qu'un jour l'appareil tombe en panne, un sondage est nécessaire. Au téléphone, Lilian refuse de se rendre aux urgences du CHU, il souhaite faire cela à domicile. L'infirmier qui s'occupe de lui ce jour n'a pas le droit de poser une sonde car ce n'est pas un changement, mais une « première pose » qui doit être effectuée par un médecin. Allez comprendre, mais c'est comme ça. Lilian me passe l'infirmier et après avoir recensé le matériel nécessaire, nous convenons d'une heure de rendez-vous en milieu d'après-midi.

15 h 30 dans la chambre de Lilian allongé sur son lit médicalisé.

– Ça doit bien faire 15 ou 20 ans que je n'ai

pas effectué ce geste...

– Vous allez bien y arriver, même si cela a toujours été très difficile de me sonder... Pour sonder un monsieur, il faut mettre le pénis à la verticale pour y introduire la sonde préalablement huilée. Parvenu au sommet de l'angle que fait l'urètre avec l'abdomen, il faut ensuite le mettre à l'horizontale pour faire progresser la sonde jusqu'à la vessie. L'affaire est délicate et glissante. Certes je ne risque pas d'infliger une quelconque douleur à Lilian, puisqu'il ne sent rien avec sa tétraplégie, mais tout de même, il ne faudrait pas léser l'urètre. Ça fait dix minutes que je patine et je commence à avoir très chaud comme si j'allais tourner de l'œil. Je fais une pause pour ôter mon pull et découvre un très joli débardeur ajusté en dentelle. Lilian me dit : « Ben Docteur, si vous espérez faire redresser mon truc avec un strip-tease, c'est peine perdue, il ne fonctionne plus depuis mon accident ! »

S'ensuit un fou rire mémorable. Quand je reprends l'affaire, la sonde passe sans problème et la vessie de Lilian se soulage enfin dans le sac à urine. ■