

La métaphore hypnotique

Pour explorer les émotions autrement

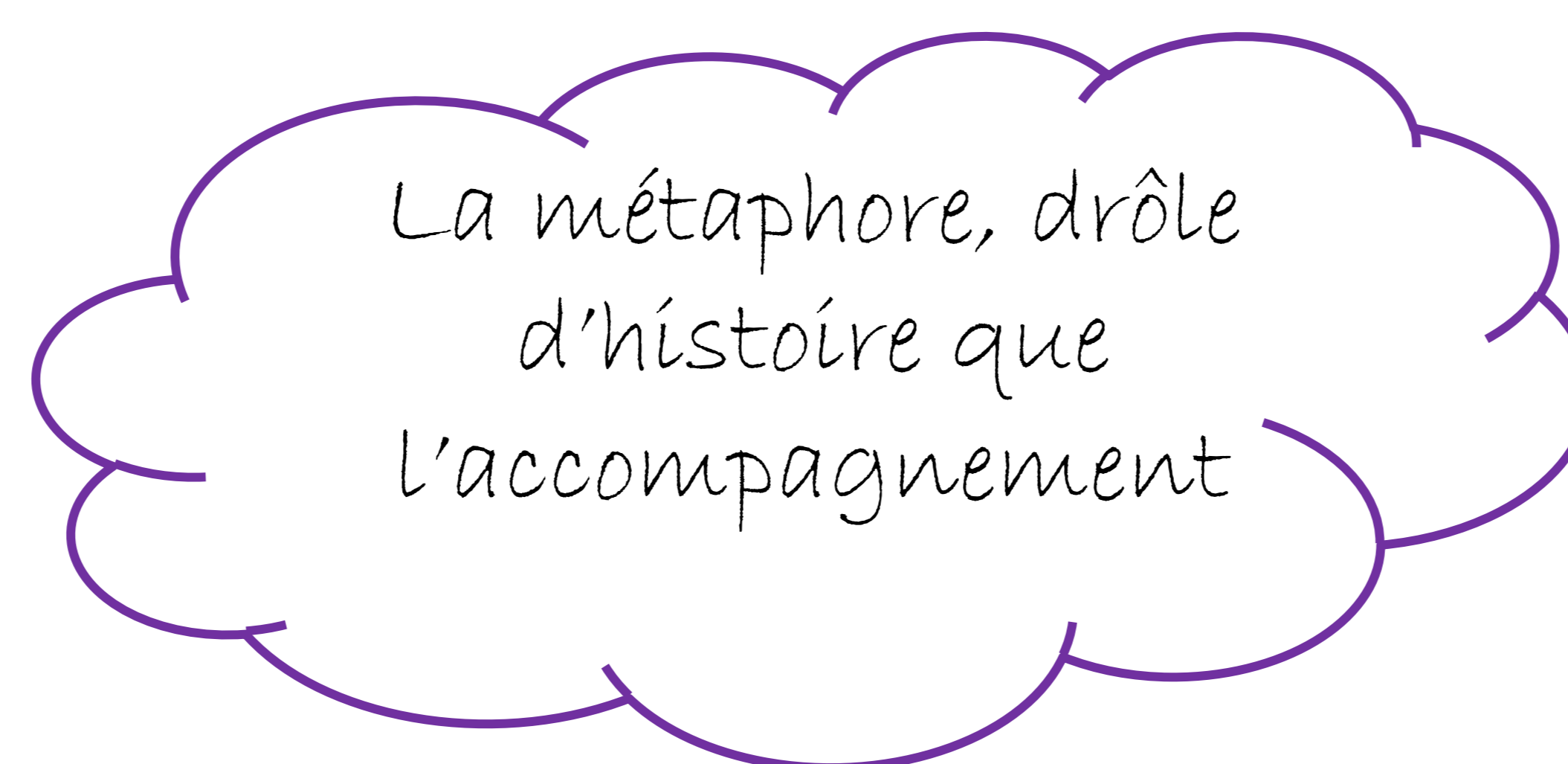
Introduction

Face à l'exploration de la souffrance des patients en situation palliative, les soignants se sentent parfois démunis et ne sont pas satisfaits des techniques de communication traditionnelles. La métaphore, comme moyen linguistique de concevoir et d'exprimer une chose dans les termes imagés d'une autre, est un outil pour lever ces obstacles. Elle permet en effet d'accompagner le vécu sans être dans la recherche de solutions, de rejoindre la personne au plus juste de ses émotions et d'initier des transformations difficiles en douceur. C'est une technique qui demande une écoute verbale et non-verbale attentive afin de rejoindre l'autre dans son monde et de faire quelque chose de ce qu'il dit à sa manière et non à celle du soignant. Au sein d'une formation interprofessionnelle d'approfondissement en soins palliatifs de 16 jours, les soignants bénéficient d'une initiation à l'utilisation de la métaphore thérapeutique.

Méthode

Cette session de cours se déroule en fin de formation, lorsque les participants se connaissent bien et que le niveau de confiance et de sécurité est suffisant pour oser tenter une autre manière de pratiquer l'accompagnement, oser rompre avec le rôle attendu et se révéler aux autres, et peut-être à soi, sous de nouvelles facettes. Elle est donnée par une infirmière chargée de formation, spécialisée en techniques hypnotiques, exerçant en soins palliatifs. Après une introduction théorique et une présentation, par la formatrice, d'accompagnements utilisant la métaphore, deux ateliers pratiques en petits groupes sont proposés:

Le premier est une étape expérientielle et réflexive sur les images et ressentis des participants autour de la métaphorisation de trois concepts: la vie, la mort et l'accompagnement. Cet atelier permet d'expérimenter l'effet des images des uns et des autres sur ses propres représentations.



Le second atelier est une expérience d'intervision d'une situation de soins, émotionnellement difficile, au travers de la métaphore. Le partage de la mise en images de chacun permet aux personnes qui relatent la situation clinique d'explorer leur vécu émotionnel autrement et de mesurer la modification de perspective que cela peut leur apporter. Ils expérimentent par ce travail non seulement l'utilisation de cet outil précieux, mais également son potentiel et ses effets.

Compétence

Cette formation vise le développement de la compétence d'accompagnement et non seulement l'atteinte de capacités. A la fin du module, les participants doivent fournir une réflexion écrite sur cette pratique différente de l'art d'accompagner, sur ce qu'ils ont appris sur eux, et ce qu'ils se sentent capables de mettre en pratique avec les patients. Les retours démontrent que la mise en œuvre de cette nouvelle technique est possible et enrichi l'accompagnement. Une infirmière a pu, en reprenant une image de château fort, aborder de manière plus sereine la question de la séparation pour une jeune mère de famille qui allait mourir. Un infirmier a pu sortir d'une situation difficile avec une femme qui s'opposait aux soins car elle ne voulait rien d'autre que d'aller aux bains thermaux, ce qui n'était pas possible. Il a pu, en reprenant l'image des bains, travailler sur la différence entre les projets et les rêves, sur ce qu'ils pouvaient partager autrement et ainsi dépasser le conflit. Enfin, une autre soignante s'est sentie beaucoup mieux pour entrer dans le monde du patient qui se voyait s'écraser contre un mur à pleine vitesse, et a pu ainsi aborder la perception de ce patient sous un angle nouveau et discuter de la mort.



Conclusion

Depuis le printemps 2010, quatre volées d'une trentaine de participants ont bénéficié de ce cours. Passées les réticences initiales, les participants se mettent en scène, se prennent au jeu, se surprennent eux-mêmes et partagent parfois une intensité émotionnelle très forte. Ils expriment leur satisfaction de bénéficier d'un outil communicationnel créatif et puissant. Vu le succès de cette formation qui permet aux participants d'oser accompagner autrement, il serait nécessaire de pouvoir rallonger ce temps d'apprentissage pour approfondir cette pratique.