

Analyse de notre pratique

♥ **Quand je frappe à la porte**, j'ai toujours un peu d'appréhension : qui vais-je rencontrer ? Comment cette personne va-t-elle m'accueillir ?

En hôpital de semaine, Gwenaëlle, Murielle, Emilie, ou une autre des magnifiques soignantes ont pris le temps de nous donner des informations sur l'état des patients : s'ils sont fatigués, douloureux, déprimés, s'ils sont disponibles pour notre visite ou pas.

Quel que soit leur état, j'ai bien conscience que ma venue va être une surprise pour la personne que je vais voir : « *Que vient faire ce « clown », même si elle est belle et lumineuse, dans une chambre où je souffre... je ne suis pas un enfant et je n'ai certainement pas envie d'être infantilisé !!* ».

Je comprends cela parce que je penserais la même chose à cette place.

Je sais donc que la première chose à faire est de la rassurer, comme préalable indispensable à cette rencontre d'un « inconnu » curieux et culotté, dans un lieu où on ne l'attend pas ! et puis j'ai aussi besoin de savoir comment elle appréhende les choses pour savoir quelle porte prendre pour lui faire parvenir mon monde...

Quand je rentre dans la chambre, le premier contact se fait par le regard. Je peux alors pressentir le questionnement de la personne qui m'accueille.

Soit on va se reconnaître comme si on s'était toujours connu ! ou parce qu'on s'est tout simplement déjà rencontré lors d'une séance précédente : la personne comprend très vite pourquoi je suis là.

Soit je sens son questionnement et je cherche très vite à le clarifier pour pouvoir y répondre :

« tu te dis « drôle de médecin celle-là, là » n'est-ce pas ? » ou « tu es un peu étonné de me voir ? » ou « tu te demandes ce que je viens faire là, attifée comme cela ? tu te dis que je devrais aller voir des enfants plutôt ? »

A ce moment, j'ai deux types de réponses :

« euh... non !?! » dit avec le souci manifeste de ne pas me froisser, ou

« euh... oui, franchement, oui ! », presque soulagé de pouvoir le dire.

« *Bonjour, je m'appelle Joséphine... je suis assistante du docteur ! moi je m'occupe du moral* » ou bien « *je viens vérifier le moral des troupes...* » ou bien « *je revendique les vertus de la poésie pour traverser les épreuves* » ou...

je cherche l'image et les mots qui vont le mieux faire comprendre à cette personne ma venue par rapport à son système de représentation.

Quand la personne est rassurée, je le vois : elle sait ce que je viens faire, elle sait que je ne vais pas la prendre pour une enfant, elle sait qu'elle va pouvoir être libre. Ça se sent, à ce moment-là, il y a comme une détente et comme une permission à se laisser aller.

Il semble que parce que j'ai l'audace de me pointer dans sa chambre comme cela, que j'ai en plus le culot de la tutoyer, quel que soit son âge, comme si je la connaissais depuis toujours, cela donne de l'audace à la personne et comme une permission à interagir de manière très libre : l'intimité et la profondeur se créent très rapidement dans la relation.

Ensuite, ce qui va se passer est très variable : cela va dépendre du besoin de la personne.

Soit nous discutons des vertus de la joie, de la poésie pour traverser les épreuves : je vais l'aider à identifier ses ressources pour combattre les idées noires. Une phrase ressource qui fait du bien, une musique qui détend, un film qui fait bien rire... Tout ce qui va nourrir la pensée de bonnes « énergies » et contrebalancer les pensées parasites...

Soit elle a envie de se confier, de témoigner de sa souffrance : je vais alors l'écouter tout en cherchant à rebondir sur des possibilités de valoriser ou d'éclairer son expérience d'un nouveau regard décalé : la personne en est alors toute étonnée, habitués que nous sommes à oublier le positif et à ne voir que le négatif, particulièrement quand nous traversons des épreuves.

Je constate que prendre soin de valoriser la personne dans ce qui transparaît d'elle : la beauté du sourire, la lumière dans les yeux, l'impression de cœur, de vivacité, de courage, de bonté que la personne dégage... est une grande source de bien-être pour la personne.

Soit nous dialoguons sur des sujets très variés : je l'oriente vers des pistes décalées, vers des audaces de voir les choses avec décalage. J'utilise personnellement dans mon petit sac à outils des citations d'auteurs et de philosophes, des œuvres picturales... que j'utilise parfois quand je sens que la personne a cette sensibilité, comme tiers pour discuter des choses de la vie, de soi sans doute, de manière poétique et philosophique...

Soit nous dansons, chantons, blaguons, pleurons aussi, respirons...

Les rencontres sont donc très variées, toujours très riches d'humanité.

L'essentiel de notre rencontre étant de rechercher ensemble les ressources en soi, les portes possibles vers le sourire et la douceur qui font tellement du bien dans ces moments difficiles et éprouvants.

Joséphine

Analyse de notre pratique

♥ Que cherchons-nous en service de cancérologie ?

En venant en Neztoile, nous essayons d'apporter un sourire dans cette traversée de la maladie. Mais sourire, ça n'est pas rien ! Sais-tu que sourire, c'est s'ouvrir. Souvent on ne peut le retenir. C'est comme une vague qui monte en nous. Sais-tu qu'il y a 18 types de sourire ? Il y a par exemple le sourire de joie, le sourire pour soigner les peines et celui que nous essayons de mettre en place par la volonté malgré les difficultés de la vie. Eh bien oui, la façon dont nous sommes et dont nous vivons les événements de la vie dépend exclusivement de nous intérieurement.

Sourire fait donc bien partie d'un travail autour de nos ressources et va bien au-delà d'une bouche *qui fait la banane* ! Parfois quand on n'arrive plus à rire, on n'arrive aussi plus à chanter, à danser et parfois à aimer. C'est un symptôme révélateur d'une plongée morbide dont nous aimerions tant sortir quand la mer nous engloutit.

Anabelle

♥ Le réveil interne

"Qui sait penser avec bonheur est capable de voler !" Peter Pan.

C'est cette petite zone interne, dans la profondeur de l'être que nous venons activer, réveiller, d'une manière volontairement innocente.

Et si on se mettait à se parler franchement ? Directement ? Cela serait drôle parfois mais profond !

Moi, dans les lieux de souffrance, j'encourage un retour à la simplicité et à l'essentiel, d'une manière innocente.

En fait, je parle directement, simplement, innocemment comme les enfants peuvent l'être. Ce ton fait rire et en même temps on va à l'essentiel. Avec le patient, on cherche ensemble ce qu'il est encore possible de vivre. On cherche ensemble ce qui peut rendre heureux tout simplement car je suis chercheur de trésor, missionné de la joie, entraîneur de morale de troupe en cancérologie.

Anabelle

Témoignages sur nos rencontres

♥ Salle d'attente

Je passe et une petite dame au fichu bleu me regarde avec un grand sourire. Anabelle ne peut pas rater ça ! En discutant avec cette vieille dame, elle me dit son sentiment profond d'être fichue car la maladie la touche à trois endroits du corps. Sa vie se réduit en mouvements, en actions. Elle me dit être profondément triste.

- *"Mais que peux-tu faire encore ?"*

- *"Alors, là ! Plus rien !"*

- *"Ben cherchons !"*

Elle ne voit pas car elle ne me propose que des actions demandant beaucoup d'énergie et... elle n'en a plus.

- *"Et ça ?"* Anabelle lui prend les mains. Un flux passe entre nous.

- *"Alors, tu ressens ?"* Elle rit. *"Oui"*

- *"Alors ça tu peux encore faire ?"* *"Ah oui..."*

Sa fille complice sourit. Sur cette lancée d'ouverture, la petite dame triste me dit tout ce qu'elle aime faire : regarder les jolies femmes, car elle aime la beauté. Les jolis hommes aussi ! Et ce qu'il y a de beau en général.

- *"Ah, eh bien, tu peux faire tout ça encore ! Contempler la beauté."*

Elle sourit : *"Ah oui !! ça je peux faire..."* Et je me retourne vers la petite assistance qui sourit à moitié.

- *"Qui a regardé ces jours-ci une fleur pousser ?"*

Ils sourient, baissent les yeux...*Non...personne.*

- *"Et si on prenait le temps d'observer ce qui nous touche ? Et si on regardait les fleurs qui poussent ?"*

Ils acquiescent.

- *"Ah la vie ! On court tous, tout le temps. Mais ça ne changerait pas les choses de regarder ce qu'on aime ? Juste de prendre le temps de regarder les fleurs ?..."* envisage Anabelle mutine.

Les gens rient et manifestement se désolent de passer à côté de choses simples et belles. Anabelle revient vers la vieille dame. Elle me dit être profondément triste quand elle est chez elle et me dit que c'est pour ça qu'elle a souri en me voyant. Ça, c'est son ouverture.

Son cœur est grand ouvert. Sa fille acquiesce. Anabelle touche son cœur : *"S'il y a une chose que tu peux toujours faire, c'est aimer. Si tu rentres dans cet espace, tu trouveras de la joie !"*

Elle sourit : *"oui, oui... Ça c'est sûr."*

Et si la liberté était là ?

Anabelle part en dansant ces mots pour toute l'assemblée décidément souriante : *"Aimer, regarder pousser les fleurs, prendre le temps... Aimer, regarder les fleurs, prendre ce temps..."*

La petite mémé dépressive rit et me salue de la main.

Elle a la ressource essentielle mais le savait-elle ?

C'est peut-être la fonction essentielle de la Neztoile d'hôpital : lui rappeler, l'air de rien, son Essentiel quand tout semble lui échapper des doigts, quand la vie devient un drame apparent.

Et si nous pouvions changer de regard sur ce que nous pouvons faire et sur qui nous sommes ?

Anabelle

Témoignages sur nos rencontres

♥ **Je passe devant la salle d'attente de consultation,** il y a plusieurs personnes. Je rentre : quatre femmes, un homme près de la porte. Tout le monde en silence... Je les regarde, ils me regardent, nous nous considérons... « *vous vous dites drôle de médecin celle-là, là... n'est-ce pas ?* »

Les dames rient... l'homme un peu à l'écart semble ne pas réagir... je me présente, salue les dames et leur demande leur nom.

Je reconnais l'une d'entre elles rencontrée en HdS les semaines précédentes. Elle est contente de me voir, dit aux autres qu'elle me connaît, qu'elle sait et aime ce que nous faisons, les Neztoiles...

Je précise pour les autres. « *Ma collègue et moi, on vient apporter un peu de couleurs...* »

« *Je suis assistante du docteur, moi je m'occupe du moral* »

Les dames me sourient. Chacune dit son nom... l'homme, un peu à l'écart, ne dit rien... il me regarde de côté... semble méfiant.

Je vais l'interpeller. Je lui demande son nom.

Il me dit, avec l'air de vouloir me défier : « devine... » C'est parti pour une devinette !...

Je propose à tout le groupe de deviner son nom : les propositions fusent : *Pierre ?* dit l'une, *Paul ?* dit une autre, *Jacques ?* dit encore une autre... le visage de l'homme commence à devenir rieur... un certain nombre de prénoms sont énoncés, sans succès...

« *Donnez-nous un indice, enfin !!!!* »... demande l'une des dames qui s'est prise au jeu...

« *Ça commence par un P* » répond notre joueur.

« *Pierre ?* »... non ! « *Pierrick ?* »... non !

« *Paul ?* »... « *Non toujours pas, je vous donne un autre indice* », dit-il maintenant complètement tourné vers nous : « *C'est le nom d'une fête...* »

« *Patrick !!* »

« *Ouuuuui !* » dit-il, maintenant tout à fait enjoué.

Le professeur Raymond vient chercher une des dames.

Je repars et laisse le groupe, maintenant plus détendu, taper la discut...

« *oui, la St Patrick, c'est une belle fête, et vous...* »

Joséphine

♥ **En hôpital de semaine**

Je rentre. Elle est très amaigrie et pourtant très belle, très lumineuse. Elle m'accueille avec un grand sourire, ravie de ma venue. Elle va bientôt partir, elle le sait, elle me le dit. Elle est prête. Elle est d'une grande profondeur.

Son mari est là. Après un moment de présentation, je demande à son mari la plus belle qualité de sa femme: Avec beaucoup de soin et d'émotion, il me répond : « *l'intelligence du cœur* »... il pleure, elle pleure aussi, très touchée du témoignage de son mari, me disant qu'il n'a jamais pleuré et que cela fait du bien. Je suis touchée aussi et je le montre. On sent que ces larmes font du bien, sont très douces.

Je lui demande si il y a quelque chose qu'elle aimerait lui dire, « *oui*, dit elle, *continue à ouvrir ton cœur* »... l'échange est doux et profond.

A un moment de notre échange, elle me dit « *on va se dire une chose importante par jour* ».

Avec l'audace du clown, je lui demande : « *comment lui feras-tu signe de là où tu seras ?* »... elle me répond : « *c'est drôle que tu me demandes cela... justement je me disais que je voulais écrire des lettres !* »... elle va écrire à son mari, à sa fille : leur chef d'œuvre. Je l'encourage à le faire.

Nous apprendrons par la suite qu'avant de partir, elle a fait un très beau travail d'écriture.

Joséphine

♥ **Pour Céline...**

*Belle d'un jour et de toujours et de partout
Ta faiblesse et ta force ont la même parure
Ô bien aimée de tous et bien aimée d'un seul
En silence ta bouche a promis d'être heureuse
Au cœur de tous au cœur d'un seul à notre cœur*

Paul Eluard – Belle

le Clown Sympathique-Empathique ?

Le Clown Sympathique-Empathique est une association reconnue d'intérêt général, soutenue par le comité scientifique de la Fondation de France et l'espace éthique de l'AP-HP.

NOTRE DEVISE

« Si on ne peut changer la vie,
on peut au moins changer le regard que l'on a sur elle. »