

Au secours des enfants qui souffrent

Sachant se mettre eux-mêmes en état de conscience modifiée, les petits malades s'évadent dans leur imaginaire pour échapper à la douleur et à l'angoisse.

René se concentre trente secondes sur un petit point jaune qu'il a collé au dos de sa main droite. Puis, résolument, il commence à introduire l'embout d'une longue sonde dans sa narine gauche. Il va devoir la faire descendre jusque dans son estomac. Prudemment, il l'enfonce, attentif à la maintenir bien droite pour qu'elle puisse s'engager dans sa trachée, sans le blesser ou déclencher des spasmes de rejet. Mais une part seulement de lui participe à cette opération ; l'autre est ailleurs, en Espagne, où il a passé tant de vacances heureuses... En esprit, René est

Portrait d'une fillette, par Petrus Van Schendel - Edimedia

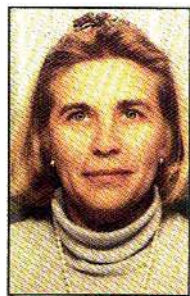
occupé à faire du toboggan ! Il se voit en train d'en grimper les marches, revit l'excitation de la glissade et le plongeon final dans la piscine située au pied du toboggan. « René est en auto-hypnose, un état de dissociation de la conscience qui lui permet de se détacher de son environnement immédiat et de s'évader mentalement dans un lieu où il se sent en sécurité. En fait, René fonctionne en ce moment au niveau inconscient », explique Nicole Cuddy, commentant les images d'un document vidéo tourné, en direct, à l'hôpital pédiatrique dans lequel elle travaille à Genève. Nicole Cuddy est psychologue, et c'est elle qui a appris à René comment

Si l'enfant adore le football, la psy lui décrira un match

se mettre à volonté dans cet état de conscience modifié. De l'extérieur, rien ne signale que l'enfant est en légère transe : il a les yeux ouverts, le geste précis et la parole claire, bien qu'un peu plus lente qu'à l'ordinaire. Pour l'heure, René fait une pause : en réveillant de mauvais souvenirs, le contact de la sonde à l'entrée de la gorge a failli le tirer de son état hypnotique. D'habitude, à cet instant précis, il vomit. Mais, aujourd'hui, il n'éprouve aucune panique : il sait que l'infirmière ne cherchera pas à précipiter les événements et que la décision de continuer lui appartient. D'une voix douce, Nicole Cuddy, à ses côtés, l'aide à renouer avec le plaisir de la glissade. René saisit la perche tendue et, grâce au bref échange avec la psychologue, replonge complètement dans son imaginaire : la salive avec laquelle il lubrifie sa gorge devient pour lui une coulée d'eau qui rend le toboggan encore plus glissant. Il en profite pour faire pénétrer la sonde plus avant. Bientôt, elle est en place ! Visiblement, René, revenu à son état de conscience normal, est fier de son succès, et il a raison.

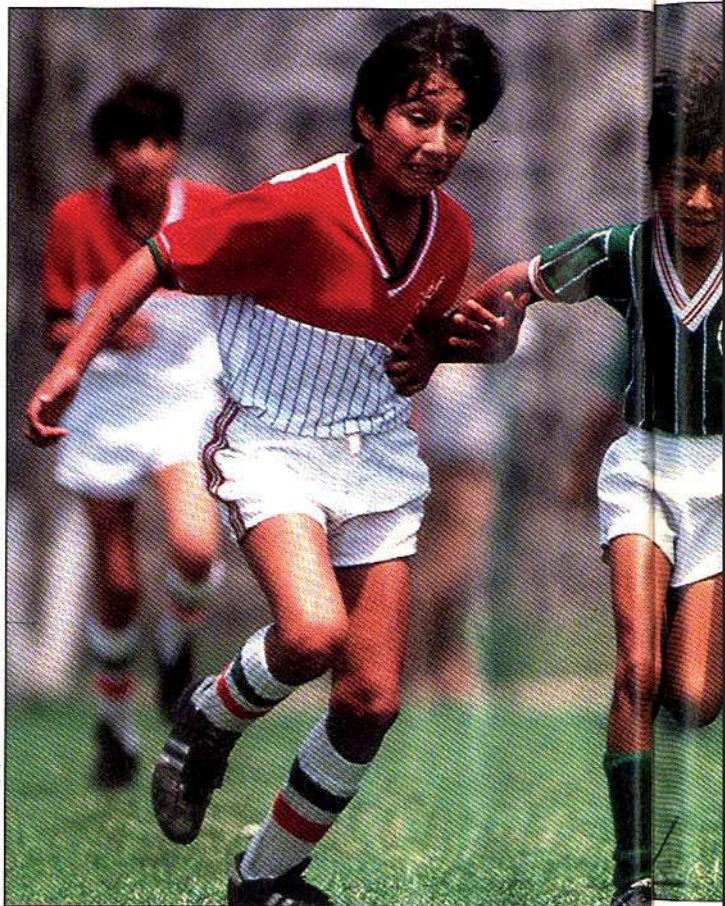
Atteint de la maladie de Crown depuis plusieurs années, incapable de se nourrir par lui-même, René doit être alimenté régulièrement par l'intermédiaire d'une sonde. Jusque-là, quand venait le moment de la lui installer, il se sentait piégé, misérable, dépendant. Malgré sa révolte intérieure, il savait pourtant ne pas pouvoir y échapper. L'auto-hypnose lui a donné les moyens de contrôler la situation et de juguler son angoisse. A présent, il peut même envisager de quitter l'hôpital et de partir en vacances avec ses parents puisqu'il est capable de poser son indispensable sonde, sans aucune aide extérieure. René n'est pas le seul à avoir vu sa vie de petit malade transformée grâce à l'auto-hypnose. Isabelle, atteinte de leucémie, Jean-Jacques qui souffre de mucoviscidose et redoute comme la peste les piqûres, Paul, qu'un cancer des bronches condamne à de lourds traitements et quelques autres enfants et adolescents ont découvert, grâce à Nicole Cuddy, qu'ils pouvaient modifier leurs sensations corporelles chaque fois qu'elles devenaient trop pénibles. Pourtant, lorsque Nicole

leur parla d'hypnose, la première fois, ils se montrèrent un peu réticents. Leurs parents encore plus. Nicole dut leur expliquer que la forme d'hypnose qu'elle pratique n'a rien à voir avec l'hypnose-spectacle à laquelle ils se référaient. Elle ne ressemble pas non plus à l'hypnothérapie classique où le thérapeute tente de suggestionner un patient passif. Elaborée par un psychiatre américain du nom de Milton Erickson, cette nouvelle forme d'hypnose respecte totalement la personnalité du patient et son individualité propre. Elle part du principe que l'inconscient est un « réservoir inépuisable de ressources » et qu'il faut lui faire pleine-



Nicole Cuddy.
Psychologue,
elle travaille
à l'hôpital
pédiatrique
de Genève.

D. K.



B. Thomas - Tempsport

ment confiance. Il existe, en effet, en chacun de nous, des mécanismes qui travaillent en permanence à notre équilibre interne. C'est eux qui, dans les situations difficiles, nous permettent de nous adapter en opérant une restructuration de notre personnalité. On peut leur faciliter la tâche, mais vouloir contrecarrer leur action ou agir à leur place serait une erreur car la nature fait mieux que nous. Le rôle du thérapeute n'est donc pas d'imposer un comportement à son patient, mais de l'écouter pour repérer comment fonctionne son inconscient. Il pourra alors entrer dans son jeu et favoriser l'expression de sa créativité personnelle.

« Cette technique, qui modifie les relations entre le corps et l'esprit, s'insère tout naturellement, pour un moment, dans l'univers de pensée magique des enfants et répond à leur désir d'expérience et de



Craig - Slide

Parce qu'ils passent volontiers du réel à l'imaginaire, les enfants répondent très bien, et mieux que les adultes, à l'hypnose.

devait installer un cathéter central, un appareillage qui se pose normalement sous anesthésie générale. Or, aucun des trois ne pouvait la supporter sans risque : l'un parce qu'il était cardiaque ; l'autre parce qu'il était atteint de mucoviscidose et qu'une intubation présentait de graves dangers ; et

le troisième parce qu'il était diabétique, et qu'un coma est toujours à redouter. L'hypnose permit aux médecins de se limiter à une anesthésie locale. Mais une opération est un enjeu important, qui suscite une angoisse énorme chez les petits patients et, dans ce cas, même si les enfants savent s'auto-hypnotiser, Nicole préfère les accompagner. Leur tenant la main pendant toute la durée de l'intervention, elle leur traduit ce que fait le chirurgien en veillant à utiliser des termes que l'enfant peut intégrer à son imaginaire. Auparavant, elle prend le temps de discuter avec le jeune malade de ses héros favoris, des émissions de télévision qu'il affectionne... Cela lui permet de repérer le mode d'expression et de représentation auquel il est le plus sensible. L'enfant est-il plus réceptif aux sensations visuelles ou auditives ? Réagit-il mieux aux évocations olfactives ou tactiles ? Ainsi préparée, Nicole peut confectionner pour chacun ce qu'elle appelle

processus d'intégration et de restructuration interne. » Aujourd'hui, tout le service de chirurgie et d'onco-hématologie de l'hôpital pédiatrique se félicite d'avoir fait confiance à Nicole. Médecins et infirmières collaborent volontiers à son travail. Il arrive même qu'ils tentent de la remplacer en soutenant eux-mêmes l'imaginaire de l'enfant en auto-hypnose lorsque Nicole, retenue ailleurs, ne peut assister à l'opération. En général, pourtant, elle s'arrange pour être présente lors de tout acte chirurgical important et de tout traitement douloureux. Elle sera là, par exemple, pour une ponction lombaire ou une ponction de moelle. De la même façon, elle assistera le jeune brûlé dont il faut changer les pansements... Mais si les enfants sont contents de pouvoir compter sur elle dans de telles circonstances, ils apprécient aussi l'indépendance que leur procure, au quotidien, l'auto-hypnose. Nicole a mis, cependant, une restriction à son utilisation : l'enfant ne doit jamais y avoir recours pour faire taire une douleur dont il ne connaît pas l'origine : il en parlera d'abord au médecin. Pour avoir enfreint cette règle, Thomas a laissé s'aggraver une fracture du pouce qui aurait dû être soignée immédiatement.

Dangereuse si elle masque un symptôme, l'auto-hypnose est, en toute autre occasion, un outil extraordinaire pour ces enfants torturés par la maladie : elle leur permet d'affronter des traitements répétitifs qu'en d'autres temps ils ont du mal à supporter. Elle leur donne aussi les moyens de faire face à des douleurs chroniques qui les épuisent et qu'il est parfois difficile de soulager différemment. Sur le plan psychologique, elle les aide à gérer leurs angoisses. Ces enfants sont confrontés à des

Capable de poser seul son indispensable sonde, René peut partir en vacances

« un vêtement sur mesure » : choisir le thème le plus apte à capter son attention et le langage qui l'aidera à se maintenir le temps nécessaire en état d'hypnose.

Si l'enfant est passionné de football, elle se fera commentateur sportif pour décrire les faits et gestes de l'équipe médicale. Si, en revanche, son jeune patient ne jure que par Schwarzenegger, elle ira puiser dans les films auxquels l'acteur a participé les éléments susceptibles de soutenir son imaginaire et de le relancer subtilement. A la voir ainsi raconter des histoires aux petits patients ou discuter avec eux de leur sujet favori, on pourrait penser que le travail d'accompagnement qu'elle fait est à la portée de n'importe qui. L'impression est trompeuse, car chacun des mots qu'elle emploie est judicieusement pesé, chaque image, chaque histoire est élaborée et utilisée en fonction de la problématique personnelle de l'enfant et repose sur une profonde connaissance des mécanismes psychologiques propres à chaque âge. « Je me sers le plus souvent de métaphores qui ont une visée thérapeutique. Elles sont choisies pour favoriser le travail de l'inconscient de l'enfant et déclencher, chez lui, un

angoisses dramatiques qui sont liées à leur condition même de grands malades : angoisses de mort, de perte, nécessité de faire le deuil de leur image et parfois d'un membre ou d'un organe. Celles-ci minent leur énergie et les empêchent de lutter efficacement contre leur maladie. En les aidant à les tenir en respect, l'auto-hypnose leur permet de garder le moral et de mieux collaborer aux traitements. » Cette technique se révéla d'un tel secours pour la petite Hélène, âgée de 11 ans, qu'en 1990 elle décida d'écrire un fascicule pour expliquer aux autres enfants malades ce qu'apporte l'auto-hypnose. Aujourd'hui, la fillette est décédée, mais son livre sera bientôt publié grâce à Nicole Cuddy. En voici un court extrait : « Lorsque je me mets en hypnose, je me sens en sécurité et plus libre qu'avant. Je me sens mieux parce que je suis indépendante et que je n'ai pas besoin d'attendre que quelqu'un puisse m'aider. J'ai trouvé que cela m'aidait beaucoup et me faisait beaucoup de bien. » Reste à espérer que des professionnels de la santé liront le témoignage d'Hélène et qu'ils seront de plus en plus nombreux à mettre l'hypnose ericksonienne à la disposition des enfants qui souffrent, en France comme ailleurs... ANIK DOUSSAU ●

Amateur car hospitalisé et séparé de sa famille, l'enfant, grâce à l'hypnose, trouve le sommeil plus facilement.



Slide