

## Quelle place pour le coaching médical dans l'accompagnement de patient atteint de cancer?



Pharmacies.ma

Voici le témoignage d'une patiente :

- « Le diagnostic est tombé par téléphone, un soir vers 18H : «... c'est un cancer... » .Je tremble, m'assois seule dans ma cuisine, l'idée de la mort m'envahit ...

Cela sera un véritable voyage initiatique et le chemin sera chaotique.

Mon corps avait su m'imposer de m'arrêter quand mon esprit n'avait pas su ; je sentais bien que j'avais trop tiré sur l'élastique et qu'à moment donné il allait casser.

Le refoulement d'émotions trop fortes à reconnaître, la douleur d'un deuil non fait, mais aussi la colère, l'anxiété, la tristesse accumulées m'ont explosé brutalement à la figure, comme un abcès se vidant de son pus, trop longtemps contenu.

J'ai eu la chance de me faire accompagner .Le fait d'avoir pu parler au cours de séances de coaching hebdomadaire, d'avoir été écoutée , d'avoir pris conscience des conflits émotionnels qui m'habitaient , d'avoir identifié et clarifié ce qui était vraiment important pour moi , de me fixer des objectifs , de devenir actrice de ma guérison , m'a permis de sortir la tête de l'eau , de reprendre ma vie en main , de renaître à moi-même.»

Dans l'histoire de l'humanité, on distingue deux conceptions de la santé ; celle holiste (du grec holos : entier) retrouvée dans toutes les cultures et abandonnée progressivement pour être remplacée par la biomédecine en 1870 .Dans la conception holiste, être en bonne santé correspond à un équilibre entre le monde intérieur et le monde extérieur. La maladie, elle, est un déséquilibre nécessitant la recherche d'un retour à l'harmonie..

Dans la Grèce antique, la médecine hippocratique définit la santé comme le « bon mélange » de tous les éléments constitutifs du corps de l'homme, les quatre humeurs : sang, phlegme, bile jaune et bile noire, alors qu'inversement, la maladie vient d'une perte de l'harmonie entre ces éléments, provoquant la douleur, sous l'effet de causes internes, ou de causes externes.

A partir de 1870, la biomédecine, avec la révolution pasteurienne amène une nouvelle conception de la santé, elle est centrée sur les pathologies et la maladie n'a d'explication que biologique.

Cependant de nombreux travaux montrent un lien entre le cancer et un terrain affectif perturbé .L'étude des liens psycho- neuro- endocrino- immunologiques apporte la preuve qu'il existe une relation entre les émotions, l'activation du système nerveux, la production des hormones et la qualité des défenses immunitaires de l'organisme.

Un patient atteint d'un cancer , va être confronté dans la prise en charge de sa maladie , à une multitude d'intervenants , du médecin de ville , aux secrétaires , manipulateurs , radiologues , infirmières , chirurgiens , radiothérapeutes...Cette expérience est particulièrement éprouvante , et le malade se voit souvent réduit à sa seule maladie , voire à l'organe malade .

La charge émotionnelle est accrue, d'autant que le personnel soignant n'a souvent pas le temps d'accorder l'écoute nécessaire à chacun des patients .La majorité des patients vivent très mal la proposition d'un accompagnement par un psychologue, perçu encore de nos jours , comme celui qui soigne les déséquilibrés .

Pour gagner des défis, les dirigeants d'entreprises et les sportifs bénéficient du soutien de coachs .Le combat contre la maladie est un énorme défi , méritant particulièrement le soutien d'un coach .

Comme tout métier le coaching s'apprend .Le coach n'est pas nécessairement, médecin, ni psychothérapeute ; cependant il doit avoir une bonne connaissance de l'humain et de la psychologie, il doit avoir fait un travail sur lui même de développement personnel en ayant suivi une thérapie d'au moins deux ou trois ans et doit être supervisé .Son rôle est de permettre au patient de comprendre, accepter, réagir pour atteindre l'objectif qu'il s'est fixé. Il est important de préciser que le coaching ne remet en aucun cas en question, le rôle des médecins et des traitements médicaux.

L'annonce d'un cancer ne veut pas dire condamnation à mort. Quand bien même il y aurait 50 % de risques d'une évolution négative de la maladie, pourquoi oublier qu'il y a 50 % de chances que celle-ci évolue vers la guérison ? Rester dans la réalité du présent permet d'éviter de paniquer. Ne pas se laisser submerger par la peur .Ne pas tomber dans le piège de l'anticipation de faits qui ne se produiront peut être jamais. Car l'anticipation négative crée un stress inutile et délétère pour le système immunitaire et donc pour la santé.

Le coach permet au patient d'exprimer ses sentiments, son angoisse, ses peurs.

Grâce au cadre bienveillant et sécurisé que lui offre son coach, le malade peut dire ses craintes, il libère ses émotions, et devient acteur de sa guérison .La meilleure gestion du stress lui permet de mieux vivre sa maladie , il redécouvre ses possibilités de choix , et peut se fixer des objectifs pour l'avenir en visualisant sa guérison . Quand un patient a peur de la chimiothérapie,le coach peut l'aider à visualiser sa chimiothérapie, non pas comme un liquide mortel qui coule dans ses veines mais comme un remède qui va éliminer les cellules malades dans son corps. Il l'accompagne afin qu'il n'anticipe pas les effets secondaires d'une cure à l'autre en insistant sur l'importance de rester dans le présent et non pas dans l'angoisse du futur. Car l'anticipation des effets secondaires finit par les créer ou les augmenter. Ainsi , le coach accompagne le patient pendant la maladie de l'annonce du diagnostic à la fin du traitement , et fait émerger des ressources jusque là non utilisées .Le patient prend conscience qu'il peut vivre sa maladie et ses traitements de façon différente en contribuant activement à leur efficacité ;il va trouver en lui les ressources pour traverser ce chemin chaotique , en réagissant par la mise en mouvement de son potentiel .

Par un questionnement introspectif , le coach favorise la prise de conscience de souffrances émotionnelles , de tensions corporelles refoulées et délétères pour la bonne santé , permettant la gestion positive des émotions , un lâcher prise , l'émergence de fonctionnements bénéfiques pour le patient .

En proposant à leurs patients de bénéficier de l'aide d'un coach, les professionnels de la santé leur donnent la possibilité de contribuer activement à l'efficacité de leurs traitements, les mettent en position de gagnants, dans le combat contre la maladie.

**Docteur Nciri Myriam**

Médecin & Coach

Cabinet Esculape - Casablanca

7 octobre 2008

E-mail: cabinetesculape@gmail.com