

## **La pleine conscience impertinente**

### **20 ans dans le costume du clown**

**Quand est-ce que la rencontre avec un clown est pertinente pour une personne atteinte de démence ?**

**MARCEL BRIAND, infirmier en santé mentale et clown relationnel, est à la recherche de réponses et jamais à court de questions.**

Dans un corridor interminable, une femme atteinte de démence à un stade avancé vient à ma rencontre, moi, le clown dans le costume qui le caractérise. Nous ne nous sommes jamais rencontrés. Elle rayonne de joie, lève les bras au ciel et m'interpelle : « Enfin ! Enfin quelqu'un avec qui on peut discuter raisonnablement ! »

### **L'imperfection crée le lien**

Cela fait presque exactement 20 ans que j'ai traversé pour la première fois en tant que clown une unité consacrée aux personnes atteintes de démence. A l'époque, j'étais ICUS de cette même unité. Depuis, entre Genève et Passau, entre Bozen et Hambourg, j'ai rendu visite à plusieurs centaines de homes et j'ai pu rencontrer, habillé en clown, des milliers et des milliers de personnes.

C'est en vertu de cette longue expérience, et uniquement à cause d'elle, que je me permets de proposer ici quelques réflexions fondamentales sur des êtres humains atteints de démence et des êtres humains en tenue de clown.

Ci-après, je tenterai de vous exposer pourquoi je pense que c'est une bonne idée de réunir des êtres humains en tenue de clown et des êtres humains atteints de démence. Mes explications peuvent être tantôt naïves, tantôt plutôt effrontées, mais dans tous les cas subjectives. Je vous en prie : retenez-en ce qui peut vous être utile sur le moment, et laissez le reste de côté. A la fin, vous aurez, j'espère, plus de questions que de réponses.

### **La catégorisation par tiroirs**

Je fais souvent l'expérience que nous parlons des clowns comme s'ils étaient tous identiques : « Ah oui, les clowns, je connais, j'ai déjà vu ça... » ; « Bof, les clowns, non merci, on a déjà eu... » ; « Vous savez, nos déments ne réagissent pas aux clowns... » D'après mon expérience, le clown n'existe pas, le clown femme non plus, par ailleurs. Dans le même ordre d'idées, le dément et la démente n'existent pas, eux non plus, ni l'infirmier, ni l'infirmière. Grande oreille, par contre, qui a croisé le chemin de Madame Meyer, il existe bel et bien, ainsi qu'Auricle et Monsieur Hofer. Il y a Claxon et Raisinsec, Héli-hélice, la Belle Hélène et tant d'autres. Ils sont plus d'une centaine, en fait.

Ce sont des êtres humains. Ils ont des noms et portent un costume de clown. Ils chantent peut-être, font de la musique, plaisantent, rient ou pleurent. Ils dansent, certains jonglent, d'autres récitent des poésies. Et aucun d'entre eux ne ressemble ne serait-ce qu'un tant soit peu à un autre. Et quoiqu'ils fassent, c'est une ruse. Une ruse pour aller à la rencontre de l'être humain. Une ruse pour parvenir très vite à un niveau tout à fait différent. Où il n'est pas question de clown. Mais de rencontre.

Et bien sûr : il y a des êtres humains précieux en tenue de clown et d'autres nuisibles, comme il y a des êtres humains précieux et d'autres nuisibles en blouse d'infirmier. J'ai déjà rencontré des clowns qui m'ont réchauffé le cœur, m'ont ému aux larmes, et d'autres pour qui j'ai eu honte. J'ai rencontré des soignant-e-s sous la garde de qui je m'abandonnerais

sans une once d'hésitation, avec une confiance absolue, et d'autres qui sont tellement bardés d'assurance qualité super-validée et émotionnellement défoncés à coups de tableaux, standards et autres check-listes que j'ai eu l'impression que les robots thérapeutiques japonais devaient en être la variante humaine.

Tandis que moi, il me tient à cœur de parler d'êtres humains, et non pas de rôles qu'on leur attribue.

### **Une question d'attitude**

J'ai été prié, pour cet essai, de décrire la façon de travailler de mon clown face aux personnes atteintes de démence. Je ne peux pas le faire. Heureusement. Car si je le pouvais, il se peut que je ne voudrais pas.

J'aimerais plutôt décrire l'attitude qui m'habite quand j'agis, l'attitude qui me fait agir. Je suis d'avis qu'il est égal que je travaille comme clown ou comme soignant, comme médecin ou comme proche. L'essentiel consiste moins à apprendre une attitude que d'en développer une.

### **Clown relationnel ?**

Il y a quelques années, j'ai rêvé une pensée. Peut-être connaissez-vous ça, le fait que parfois, il nous reste d'un rêve que quelques mots ou phrases isolés.

Cette pensée se rapproche étonnamment de ce que j'entends par le terme « clown relationnel ». J'admets qu'elle est prétentieuse et bien trop pathétique, mais après tout, mes rêves ne sont pas de ma faute.

*Clown, ce n'est pas ce que nous voyons,*

*Clown, c'est ce que nous sentons.*

*Car le clown n'est rien de moins*

*qu'une révolution béate.*

*Il est cet être au-delà du conditionnement, de la honte et*

*de la peur qui nous prive de notre liberté.*

*Si le clown est déjà entier, devenu unité avec lui-même*

*et le monde, s'il est lumière,*

*nu à la face de son imperfection, il est prêt.*

*Lorsque le dernier masque tombe, son jeu commence. »*

Je me fais guider par la conviction qu'il y a dans chaque être humain, qu'il soit ou non atteint de démence, quelque chose de sain et d'invulnérable. Si je réussis à entrer en relation, sans me laisser perturber par l'afféterie, la gesticulation soudaine et apparemment incontrôlée, le flot de paroles incompréhensible, des émotions jaillissant de nulle part ; si j'arrive à aller jusqu'au bout de tout cela, je découvre, le plus souvent seulement pendant quelques secondes, une présence pure et claire qui se ranime. Je vis un contact intense qui est au-delà de tout jugement, de toute stratégie. Un contact qui me reste souvent inaccessible avec des êtres humains non atteints de démence. Ces secondes sont pour moi l'essence de mon travail.

## **Nous avons honte de l'impertinence des déments**

Prenons par exemple la situation d'une épouse dont le mari est atteint de démence. Ancien cadre, il continue à être invité par ses anciens collègues à des événements où son épouse l'accompagne. Lorsqu'il est « parmi les siens », comme dit l'épouse, il se comporte, au bout d'un moment, de façon tellement éhontée qu'elle ne sait plus où se mettre et préfère s'éloigner avec lui, voire quitter la manifestation. Elle entendait par « les siens » ses anciens collègues. Or, si elle désignait par « les siens » le groupe de milliers de personnes atteintes de démence, son comportement serait parfaitement normal. Pouvoir changer de point de vue dans un tel contexte, c'est peut-être l'un des plus grandes difficultés auxquelles sont confrontés les proches des personnes atteintes de démence.

## **Qu'est-ce que la dignité ?**

Le système de valeurs qui régit notre société et largement construit sur le succès et les apparences. La dignité et la considération sont liées à la performance et au succès. Dans ce contexte, la démence se profile comme une insulte singulière et monumentale de nos normes et valeurs. Du coup, les êtres humains atteints de démence finissent au rebut, à la marge, d'un modèle social parti en vrille.

Si nous ressentons ou non le comportement des personnes atteintes de démence comme indigne, ne dépend pas de leur comportement, mais uniquement de la façon dont nous jugeons ce comportement.

Si nous considérons la dignité comme une conséquence immédiate d'un comportement correct et conforme à la société, les personnes atteintes de démence sont mal parties. De mon point de vue, la dignité et le respect ne sont liés à aucune condition extérieure : ils se produisent dans l'espace d'une rencontre sans jugement entre deux personnes.

En tant que clown, le changement de point de vue et de paradigme est pour moi un outil familier. Mais si j'étais concerné dans ma propre chair, ou si j'étais proche, je serais probablement aigri ou désespéré.

Réfléchir à ma propre limite de la honte et remettre en question la conformité aux normes comme concept de vie me semble central dans la rencontre avec des personnes concernées par une démence.

De même, une distinction entre éthique et morale est utile pour reconnaître que même des actions apparemment immorales peuvent parfaitement avoir un fondement éthique.

La question de savoir si les modifications de la personnalité dans l'évolution de la démence s'éloignent ou se rapprochent du véritable moi de la personne est essentiellement d'ordre philosophique. Pour moi, cette question est significative dans la mesure où elle incite à la réflexion.

## **Et pourquoi donc des clowns ?**

L'un de mes bons amis, qui est pasteur, a dit dernièrement : « De nos jours, lorsqu'une personne atteinte de démence entre dans un home, il y a essentiellement deux conséquences : d'abord on lui retire la responsabilité de ses actes et sa dignité, et juste après, son argent. »

A mon avis, c'est assez bien vu. Ces dernières années, une armada d'experts en soins et de spécialistes en sciences infirmières se sont occupés à détailler, analyser et évaluer des processus de soins, de les redéfinir, d'en tirer des normes relatives aux soins, des analyses, des directives et des check-listes, de remettre tout ça à jour, et ainsi de suite, peut-être aussi un peu pour s'occuper.

## **Se libérer du diktat des médecins**

Quand j'ai commencé dans les soins, la notion de soins autonomes et professionnels commençait à être à la mode. Nous avions à cœur, à l'époque, de nous libérer du diktat des médecins, auxquels nous avons dû nous soumettre de nombreuses décennies durant. Nous voulions percevoir l'être humain dans son entité, et pas simplement dans ses pièces détachées. La vision humaniste affrontait alors la vision médicale de l'être humain.

Les premiers pas étaient un peu maladroits, j'en conviens. Nous avons commencé, de façon autonome, à tenir des listes de selles et des bilans urinaires dans les documentations des soins : des traits épais, des traits fins, une flèche signifiait une diarrhée. La création de courbes de tensions et de pulsations pouvait nous occuper pendant des heures, et nous nous sentions presque comme de vrais petits docteurs.

Surgit alors l'industrie de la certification, résultat de l'euphorie foisonnante qu'inspirait la qualité. Plutôt débrouille, elle a flairé le filon. Ensuite de quoi, la consommation de papier et d'encre d'imprimerie a enregistré un développement exponentiel, relayée presque instantanément par l'impression couleur et les imprimantes laser.

## **La résignation des soignants**

Aujourd'hui, les soignants en arrivent à être évalués et jugés non en fonction des soins qu'ils prodiguent, mais sur la base de la documentation de ces soins. Car au fond, l'illusion de la mesurabilité de la qualité des soins, l'obsession des normes et des check-listes et la marche triomphale des « soins pouvant être étayés scientifiquement », ce ne sont que des signes extérieurs d'un changement interne de notre société occidentale. Nous avons largement perdu le lien et la confiance avec notre monde émotionnel. L'académisation des professions des soins affaiblit à mon avis chez un grand nombre de personnes, particulier au sein des jeunes soignants, la compétence émotionnelle. Il se peut que c'est précisément l'anathème jeté sur les valeurs naguère propres aux soins, telles que l'intuition, l'attention, la pleine conscience et l'empathie, qui nous aide à supporter notre propre détachement.

## **L'espoir existe**

Voici pourtant un exemple encourageant : dans un home, une jeune auxiliaire de soins a été appelée à aider dans un service qu'elle ne connaissait pas parce qu'une infirmière y était tombée malade. L'ambiance était quelque peu tendue, et la jeune femme reçut la consigne de faire lever madame Meyer, de la laver et de l'amener à la table du petit déjeuner. Ce qu'elle fit. Lors de la remise, elle fit part à ses collègues du fait que Madame Meyer eût eu du mal à tenir sur ses jambes et qu'elle avait eu besoin d'être soutenue à plusieurs reprises durant le trajet de sa chambre à la salle à manger. Les collègues présentes pâlirent instantanément. Madame Meyer avait une chaise roulante depuis des semaines. Elle ne marchait plus.

Je n'ai pas posé la question, mais je suis quasiment sûr que la documentation de soins de Madame Meyer était dans un état impeccable. Peut-être que dans cet exemple, il a fallu la naïveté sans préjugés de la jeune assistante en soins, qui s'est simplement rendue sur place et a fait ce que son intuition lui a dicté de faire.

## **Les clowns**

Depuis quelques années, une nouvelle armada illustre a donc sauté dans la brèche : les clowns. Nous aussi, nous sommes plutôt débrouilles et nous avons flairé le filon. Le succès des clowns ne fléchit pas, bien au contraire, l'offre suit la demande. Bien entendu, les écoles de clowns sont elles aussi à l'affût, et elles fournissent le marché de nouveaux nez de santé sans but et sans distinction.

Il y a une question que je me pose depuis des années tout à fait sérieusement et avec toujours plus d'insistance : comment est-ce possible ? Comment se fait-il que quelqu'un s'affuble d'un nez de clown et fait le guignol toute la journée, en chantant, dansant, riant et pleurant, pour toucher en plus un pactole le soir ? Comment est-ce possible ? A défaut de réponse, j'ai trouvé une foule d'autres questions.

### **Mes questions en guise de réponses**

Serait-il possible que le personnage du clown nous rappelle des valeurs qui sont aussi les valeurs intrinsèques des soignants ? Des valeurs comme l'empathie, l'intuition, l'acceptation, la tolérance et l'amour ?

Serait-il possible que le clown, dans sa naïveté pleine d'espoir, nous rappelle que nous-mêmes, naguère, avons compris ce que c'était, les soins ? dans une proximité immédiate de l'être humain ?

Serait-il possible que les clowns ne viennent que combler une faille qui s'est creusée durant la professionnalisation des soins ? Serait-il possible que les clowns ne font que le travail que les soignants, pour des raisons de spécialisation sur la documentation des soins ne font plus ?

### **Oser l'émotion ?**

Que se passerait-il si nous reprenions nos esprits ? Si nous arrêtons de confondre professionnalisation et limite, ainsi que limite et mise à l'écart.

Si nous cessions tout simplement à faire confiance à ceux qui construisent les modèles et les concepts théoriques par-dessus nos têtes. Si nous arrêtons de nous concentrer sur les check-listes de tout et de rien pour passer simplement le temps gagné avec une résidente, à lui tenir la main, à lui dessiner une fleur sur le mur de sa chambre ou à diffuser à son intention une odeur de lavande ? Que se passerait-il ?

Que se passerait-il si nous recommencions à écouter nos émotions et à nous fier à notre intuition ?

### **Les résidents ont besoin d'êtres humains**

Les personnes dans les homes n'ont pas besoin de clowns. Elles ont besoin de personnes qui sont là pour elles. Qui sont présentes. Des êtres humains qui sont parfois fatigués, et en colère. Des êtres humains qui ont faim et soif. Des êtres humains qui n'ont pas toujours réponse à tout et qui ont besoin de conseil. Des êtres humains qui rient et qui font des bêtises. Les mots clés à cet égard, ce sont la responsabilité propre et l'autonomisation.

En route vers ces objectifs, les clowns peuvent être d'un très grand secours. Ils peuvent être des béquilles et un mémorial. Ils peuvent servir de mauvais exemple. Ils peuvent ouvrir des portes et dynamiter des limites. Les clowns, acteurs du contraire, sont capables de démonter les structures souvent figées en nous et autour de nous, de façon thérapeutique.

Mais quid du clown qui n'est qu'un bradeur assistant qui ne veut que rigoler, qui ne peut pas non plus se mettre en lien avec ses sentiments ? Quid du clown qui veut avant tout se réaliser lui-même dans son jeu ?

Quid du clown opportuniste qui ne veut pas afficher la couleur, de peur ou par conformisme ? Il devient alors un instrument son visage. Le clown a une capacité inouïe de révéler certains abus, et je pars du principe que cela se fait à certains moments.

Je ne veux pas de clowns bariolés. Je rêve de clowns qui affichent la couleur.

Les clowns peuvent contribuer de façon déterminante à donner une impulsion positive à la vie en institution. Or, seuls les clowns qui savent assumer leurs responsabilités, qui savent qui ils sont et ce qu'ils font, en sont capables. Et bien entendu, tout cela vaut aussi pour les soignants et les proches.

J'aimerais vivre en être humain parmi des êtres humains.

Marcel Briand

Infirmier en santé mentale et clown relationnel

info@nachtopf.ch