PORTRAIT DE PRATICIENNE

Myriam Vera-Stefanaggi

Myriam, petit bout de femme vive, enjouée, pétillante. Pendant sa formation, j'ai eu l'occasion de la rencontrer deux ou trois fois, de ces moments fugaces, il me restait en souvenir ses beaux yeux rieurs et son allure dynamique.
Mais la rencontre, la vraie rencontre s'est faite à la lecture de son mémoire qui a conclu le parcours de sa formation de *Praticienne en relation d'aide par le Toucher-massage®*. Je suis ressortie de cette lecture, scotchée, fascinée et puis… pour caresser mon ego dans le sens du poil, comblée... Je venais de lire le parcours de quelqu'un qui avait complètement intégré nos valeurs et les fondamentaux qui construisent notre enseignement, j'avais en face de moi quelqu'un qui, malgré les grandes vagues déferlantes de la vie (un tsunami dans son cas), avait tenu le cap et était heureuse de s'emparer des pratiques enseignées pour continuer la mission qu'elle s'était donnée : mettre un peu plus d'humanité en milieu carcéral.

Le partage de son experience m'a paru être nécessaire et puisque le congrès du Toucher-massage® ne sera pas avant les 31 mai et 1er juin 2021, voici en avant-première, le portrait de Myriam.

Infirmière depuis plus de nombreuses années, Myriam dit aujourd'hui : « *être toujours aussi enthousiaste dans son exercice, ne pas être blasée, blindée ou fatiguée, elle se dit toujours curieuse, quelquefois rebelle, mais encore vraiment émerveillée par la richesse de ce métier.* »

Oser, Myriam a su le faire, en choisissant une formation Toucher-massage® pour s'enrichir d'un outil d'accompagnement psychologique pour le mieux-être des détenus en milieu carcéral. Sa determination a été mise à rude épreuve, il lui a fallu passer outre l'avis de ses collègues qui ne comprenaient pas ce qu'elle pouvait bien pouvoir faire avec cette formation, dans un milieu où le toucher est un tabou absolu. Le début de la formation avec l'apprentissage du Massage Essentiel® (Massage bien-être sur l'ensemble du corps) donnera d'abord raison à ses collègues : Myriam est déstabilisée, elle émet des doutes sur son choix et puis elle se trouve pataude, maladroite. Mais elle se cramponne et c'est la session « Au cœur des soins », avec Gina Caggiano comme formatrice en relation d'aide, qui lui ouvre les portes du chemin. Elle s'est sentie chez elle, en accord complet entre ce qui était dit et ce qu'elle sent, ce qu'elle comprend de la relation au toucher. C'est au retour de ce stage, que Myriam commence à metre en pratique des séances de massage bien-être à ses proches.

La session santé mentale sera de la même façon très réconfortante, Myriam y trouve la réponse à ses questions, notamment toute la sémantique, qui lui permettra avec des mots choisis et un discours plausible d'argumenter auprès de ses collègues et de l'équipe médicale. L'ensemble des techniques utilisées, et surtout le cadrage nécessaire en psychiatrie comme en milieu carcéral, seront une aide d'importance dans sa pratique.

Après la joie de l'apprentissage, le cauchemar d'une vie, Myriam plonge dans la détresse d'une mère qui perd son fils Pierre, jeune adulte. Myriam décide tout de même de poursuivre la formation. Aujourd'hui, elle parle de réancrage dans un élan de vie. C'est cette passion pour le «prendre soin» qui l'a maintiendra debout, vivante. Myriam repart déterminée, elle met en pratique ses acquis et organise son premier suivi de pratique avec un jeune homme identifié comme rebelle. Le second suivi de pratique, lui est proposé par le médecin, il s'agit d'un Monsieur en fauteuil roulant ayant des douleurs articulaires importantes au niveau des jambes et sur tout le reste du corps dès qu'on le touche !

Ces deux accompagnements donnent des résultats très encourageants. D'autres pratiques succéderont, cadrées par une décision médicale. Myriam s'autorise aussi des gestes bien-être dans le cadre d'un soin technique : réfection d'un pansement, prise de sang, etc. Et puis cerise sur le gateau, c'est une grève des surveillants, qui permettra d'expérimenter le massage assis entre collègues !

Aujourd'hui, un an après la fin de sa formation, Myriam nous dit découvrir encore de massage en massage les effets bénéfiques pour les personnes dont elle prend soin.

Mais donnons la parole à Myriam :

« Je vois essentiellement les patients présentant des crises d'angoisse paroxystiques, des patients sous l'effet du choc carcéral, c'est très efficace, 4 à 5 séances suffisent, soit environ une durée de 1 mois, pour leur permettre de passer le cap du stress, de l'anxiété, des idées noires, de la tristesse.

Je choisis également des patients impulsifs, bagarreurs. Le mot qui revient à chaque fois après le massage c'est «APAISEMENT». Ils se disent apaisés de l'intérieur, je les observe, ils sont effectivement différents en entrant et en sortant. Je dirais comme apprivoisés, mais apprivoisés à eux-mêmes, à cette part d'eux qu'ils ignorent… le chemin vers un endroit de paix, de sérénité dans le tumulte de leur vie.

Ces rencontres m'emplissent de joie pour avoir prodigué un soin efficace et surtout pour m'être libérée de cette condamnation qu'on nous colle sur la blouse : «Toucher interdit».

Je me sens légitime avec ce savoir-faire, d'autres soignants ont développé d'autres outils, moi je sais me servir de cet outil là.

Le Toucher-massage® en milieu carcéral a ceci de particulier, il doit répondre à un cadre posé, à un contexte de soins, à des conditions particulières. Rien ne peut être laissé au hasard, y compris les motivations de la personne qui masse, sa connaissance de ce public si particulier, la juste distance nécessaire dans la mise en confiance et cadrée par une posture professionnelle qui rend les choses possibles. Je crois avoir trouvé ma juste place qui me permet de donner toute sa légitimité à la pratique du Toucher-massage avec les patients détenus comme avec n'importe quels autres patients.

Il n'y a plus de tabou, le Toucher-massage me permet d'entrer dans une relation d'accompagnement qui favorise l'émergence d'émotions ou d'autres possibilités relationnelles.

C'est aussi permettre à ces gens cabossés par la vie, d'avoir l'occasion d'aller à la rencontre de ce cristal (dont parle Guy Gilbert) qui est en chacun d'eux... plus ou moins enfoui.

Mais ma pratique ne s'arrête pas là. Nous avons aussi beaucoup de soins somatiques, j'y intègre volontiers le Toucher-massage dès que j'en ai l'occasion, par exemple le massage des jambes lors de la réfection d'un pansement sur ulcère ou la pose de bandes de contention.

C'est presque devenu un réflexe, cela fait pleinement partie d'une attitude soignante bienveillante. Le philosophe Michel Dupuis dit : «La bienveillance peut être considérée comme une façon d'être au monde, comme un certain rapport à soi, à autrui, comme une attitude, une disposition, c'est-à-dire quelque chose de fondamental qui va teinter, voire même transformer les gestes techniques des soignants.» Ces propos me conviennent tout à fait, le Toucher-massage me permet d'exprimer ma bienveillance.

En parallèle de mon activité, j'avais caressé l'espoir d'aller porter la bonne parole en IFSI. A Béziers, la ville où j'exerce, ce n'est pas si simple, beaucoup de formatrices n'ont pas dépassé la pratique des «soins conventionnels». Mais tout n'est pas perdu puisqu'une collègue formée à l'IFJS, aujourd'hui formatrice à l'IFAS, a réussi à décrocher la possibilité d'organiser 3 heures de pratiques en Toucher-massage !

Je voudrais conclure en ajoutant que cette formation a été la plus belle de toute ma vie. Parce qu'aujourd'hui, je peux véritablement être moi, être infirmière et utiliser mes mains, écouter mon coeur avec chaque patient quel qu'Il soit dans sa singularité, dans son unicité. C'est un bonheur profond.