

Collaboration interdisciplinaire avec les médecins

*Les articles suivants à ce sujet ont été publiés
dans le magazine Shiatsu suisse.*



Une communication claire des possibilités et des limites crée la confiance

Quelles sont les possibilités et limites du Shiatsu en tant que thérapie ? Une question centrale, lorsqu'il s'agit du positionnement des thérapeutes de Shiatsu dans l'ensemble du domaine de la santé et de l'identité que les thérapeutes de Shiatsu se forgent dans le cadre de leur travail. Dans quels cas faut-il, en accord avec la cliente ou le client, faire appel à un médecin ? Les réponses à ces questions demandent beaucoup de clarté et de discernement – des qualités essentielles qui sont aussi requises dans l'exercice du Shiatsu en tant que thérapie professionnelle.

ENTRETIEN AVEC ANITA-URSINA STUDACH-GRASS MENÉ PAR CRISTINA FREY

Le terme « complémentaire » fait partie de la nouvelle dénomination professionnelle du Shiatsu en tant que méthode de la thérapie complémentaire – quel est la signification de cette notion pour toi dans ton travail de thérapeute de Shiatsu ?

Comme le terme « complémentaire » l'indique, il s'agit d'une thérapie en complément, dans le cadre de la planification thérapeutique en collaboration avec la médecine conventionnelle, on pourrait aussi parler d'« interdisciplinaire ». A mes yeux, dans le travail concret, cela signifie d'abord que je m'assure d'être pleinement consciente des limites de mes possibilités en tant que thérapeute de Shiatsu. Et il s'agit donc aussi de repérer les zones de transition. Dans quel cas de figure le Shiatsu agit-il en complément à la médecine conventionnelle ? Quelles prestations puis-je fournir,

quand dois-je envoyer les personnes chez un médecin ? Personnellement, j'ai convenu avec un médecin de famille que je peux l'appeler en présence de la cliente ou du client quand la situation le demande. Je lui décris alors brièvement la situation et, le cas échéant, je peux lui transférer la personne concernée.

Ce genre de travail demande beaucoup de clarté dans la communication. Comment arrives-tu à obtenir cette clarté à l'intérieur de toi ?

Je fais beaucoup de travail sur moi en menant une réflexion sur mes actions – par exemple à l'aide de supervisions, de formations continues ou de traitements que je reçois pour prendre soin de moi-même. Il est important pour moi de pouvoir garder une distance professionnelle et de réagir de manière objective, aussi dans les moments d'émotions intenses. Quand j'ai conscience de mes propres limites et que je les communique, je dois aussi être prête à céder. Je peux perdre de la clientèle

quand je communique clairement ce que je peux faire et ce qui n'entre pas dans mes compétences. Il n'est pas toujours évident de rester claire, d'autant plus qu'il y a des clientes et clients qui sont très demandeurs. Là on doit être sûr de soi, ce qui pour moi équivaut à un travail constant sur mes thématiques personnelles et une réflexion régulière sur mon propre processus.

Peux-tu nous décrire une situation concrète où tu as dû poser des limites ?

Il s'agissait d'une cliente qui avait des pensées suicidaires. J'ai dû dire clairement stop, je ne peux plus assumer cette responsabilité. Là aussi, j'ai contacté le médecin traitant en présence et avec l'accord de la cliente. Ensuite, la cliente est allée directement de mon cabinet chez le médecin qui l'a transférée par la suite chez le psychiatre. Mon intention est d'être très claire avec mes clientes et clients. Je leur explique mon domaine, jusqu'où je peux aller et quand je ne peux plus assumer la responsabilité. Cette clarté ferme suscite la confiance chez ma clientèle. La définition claire de mes tâches et de mes limites leur donne un sentiment de sécurité, d'être pris au sérieux. Ils sentent que j'arrive à évaluer la situation et que je sais fixer mes limites.

Comment les médecins réagissent-ils à ton appel dans un cas pareil ?

J'ai l'impression que depuis que le Shiatsu est une profession reconnue au niveau fédéral, les thérapeutes de Shiatsu ont gagné en crédibilité auprès des médecins qui sont au courant de cette évolution. Je suis prise au sérieux en tant que thérapeute complémentaire dans la méthode Shiatsu quand j'appelle pour orienter des clients vers le médecin, et ils obtiennent en général très rapidement un rendez-vous. Mise à part le fait que nous sommes pris plus au sérieux, nous ne représentons pas non plus une concurrence. Au contraire – la collaboration complémentaire et interdisciplinaire gagne de plus en plus de terrain. De mon côté, je comprends mes traitements définitivement comme un soutien complémentaire au traitement médical. Quand une personne ne veut par exemple pas prendre les médicaments prescrits par son médecin, je lui demande ce que le fait de devoir prendre des médicaments provoque en elle. Je donne de la place aux émotions qui peuvent remonter, telles la peur ou l'insécurité. Si par la suite ces sentiments se calment, je lui propose de considérer la prise des médicaments comme un essai et d'observer comment elle y réagit. Par cette approche, j'essaie de créer les meilleures conditions pos-

sibles pour la prescription médicale de médicaments. Nous disposons de plus de temps et d'espace pour être à l'écoute des personnes, pour mieux les inclure dans le plan de traitement et renforcer leur responsabilité personnelle. Ce qui est important pour mon travail, c'est la définition précise de ma mission et des interfaces avec la médecine conventionnelle. De plus, dans l'échange avec les médecins il est important de ne pas utiliser le langage spécifique à la méthode afin de favoriser une compréhension mutuelle.

Il est donc essentiel d'être claire et de pouvoir mettre des limites dans le cadre d'une collaboration interdisciplinaire réussie. Mais aussi pendant la thérapie de Shiatsu proprement dite, cette attitude est d'une grande importance, comment vois-tu cela ?

Quand une personne commence par exemple à pleurer, je ne la prends pas dans mes bras pour la consoler. Je reste à son écoute et lui mets l'espace nécessaire à disposition pour ses processus douloureux. Dans le Shiatsu, nous avons la possibilité d'établir un cadre de confiance qui permet aussi à des émotions comme la peur, la douleur, la colère ou la tristesse de se montrer. D'après mon expérience, l'importance ne réside pas seulement dans les détails de l'histoire que la personne raconte. Il s'agit plutôt des émotions que le vécu raconté a déclenchées. Je me renseigne donc auprès de la personne sur l'effet précis que le récit de ce vécu a sur son corps. Quel est le ressenti au niveau physique ? Où est-ce que la personne le ressent concrètement ? Qu'est-ce qui se montre dans ce ressenti ? Ces questions amorcent souvent de très grands changements, la respiration d'une personne se libère ou elle se détend très concrètement au niveau physique, par exemple. Il ne s'agit nullement de parler ou de consoler, mais de prendre la personne au sérieux et d'être à son écoute de manière empathique. Un autre point essentiel, c'est en outre le fait qu'en tant que thérapeutes corporels nous disposons des outils pour ramener les clientes et clients très concrètement dans leur corps pour leurs donner la possibilité de se ressentir et de se recentrer. Mais si je veux avoir la capacité de créer ce cadre de confiance, je dois pouvoir préserver une certaine objectivité et être bien ancrée afin de pouvoir rester centrée et garder le calme.