

# Ô douleur qui es-tu?

Autor(en): **Pierrel, Marie-Noëlle**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici**

Band (Jahr): **98 (2000)**

Heft 6

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-950776>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Une démarche motivante

Arrivées au terme de leur formation, les nouvelles diplômées nous font part de leur satisfaction d'avoir pu expérimenter cette démarche. Elles disent avoir acquis un savoir pratique spécifique de la sage-femme qu'elles n'auraient pas pu acquérir dans d'autres stages.

Nous pouvons reconnaître ici que le compagnonnage, comme méthode d'apprentissage des futures sages-femmes, est connu et adopté depuis longtemps dans les différents stages hospitaliers. La différence aujourd'hui, c'est que cette méthode pédagogique n'est pas nommée au même titre que les autres méthodes pédagogiques, mais que sans doute elle correspond bien à l'apprentissage du savoir pratique de la sage-femme.

On retrouve donc ici les trois niveaux de l'apprentissage du compagnon. Si l'apprenante sage-femme n'effectue pas de Tour comme ce dernier, elle est tenue d'effectuer un stage à l'étranger afin de découvrir d'autres manières de pratiquer son métier. Ainsi, elle rencontrera d'autres sages-femmes, avec lesquelles elle apprendra d'autres façons de travailler, et elle pourra comparer le système de santé genevois avec celui d'autres cantons et d'autres pays.

Au terme de son apprentissage, l'apprenante sage-femme aura acquis le niveau de maîtrise professionnelle et personnelle nécessaire pour accompagner la femme de manière globale, de la grossesse à l'accouchement, en mobilisant son savoir professionnel, son intuition et sa sensibilité.

## Conclusion

Pour le compagnonnage, comme pour la formation des sages-femmes, la présence du Maître, ou de la Maîtresse, est primordiale. A cela s'ajoute la transmission orale d'un savoir empirique qui commence par l'observation des gestes, l'imitation, la reproduction, pour aboutir enfin à une création propre. Avec cette connaissance viennent aussi des responsabilités, celles du travail bien fait, de la passation du savoir et du gardiennage des secrets du métier.

En situant l'apprenant au cœur de sa formation, en éveillant sa curiosité, en le responsabilisant et en l'encourageant à développer ses capacités créatives et ses connaissances, le compagnonnage se rapproche d'une conception humaniste du monde. En ce sens, il présente des caractéristiques particulièrement adaptées à l'apprentissage du métier de sage-femme. ◀

## Réflexion personnelle

# Ô DOULEUR, qui es-tu ?

**Lorsque j'ai décidé d'écrire un article sur le thème de la douleur, je pensais à celle vécue pendant l'accouchement. Après réflexion et suite à divers échanges, que ce soit dans mon entourage personnel ou avec des parents rencontrés lors de cours de préparation à la naissance, j'ai décidé d'élargir également le sujet à la grossesse.**

### Marie-Noëlle Pierrel

**VOUS** ne trouverez pas ici un «énoncé» des différentes douleurs rencontrées, ni les moyens pour mieux les vivre, ni même un débat pour ou contre la péridurale, mais simplement une réflexion personnelle et de nombreuses questions à ce sujet.

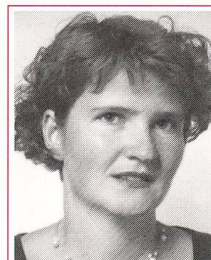
#### Vivre pendant la grossesse: l'évolution de la vie

En tant que sage-femme hospitalière, c'est surtout pendant les cours de préparation à la naissance que j'ai pu suivre des femmes sur une partie de leur grossesse et bien sûr en consultation d'urgence à la maternité. Ma surprise, et c'est là que le questionnement commence, est de voir que le vécu de certaines femmes n'est absolument pas un épanouissement (sans pour autant ressembler à la femme décrite dans les livres) et que les petits maux de la grossesse, connus par chacune d'entre nous, pren-

ent toute l'ampleur, tout l'espace de la grossesse au point que la venue et la présence de l'enfant, ou simplement la satisfaction de porter un enfant en soi, en est oublié. Je reste cependant consciente que ces petits maux présents ne sont pas toujours faciles à gérer, à vivre et qu'ils sont parfois handicapants.

L'évolution de la vie fait qu'à ce jour on veut que tout aille bien, que la grossesse ne change rien, ne modifie rien. Autrefois, les femmes vivaient leur grossesse sans plainte, en silence. Aujourd'hui, on parle de conscience corporelle, d'être à l'écoute de son corps et c'est tant mieux. Ne serait-ce pas à ce moment-là de rappeler que la grossesse est un état de santé particulier qui amène des changements de vie?

Au lieu de rendre pathologique la grossesse, ne serait-ce pas le moment de parler aux femmes de cet état particulier, de cette fusion avec l'enfant, de cette étape prépa-



D'origine française, Marie-Noëlle Pierrel est arrivée en Suisse voici treize ans. Infirmière sage-femme depuis 1996, elle travaille à la maternité du Centre hospitalier Yverdon-Chablais. Elle est membre de la Commission de rédaction du journal.

ratoire de la femme à son passage à devenir mère, d'écouter son corps, d'écouter son enfant afin d'aller avec ces changements et non de lutter contre, de s'adapter? Etre enceinte, c'est accueillir la vie dans la vie, et la vie, ça bouge, non?

### Epreuve, initiation: est-ce dépassé ou oublié?

Le thème de la douleur pendant l'accouchement est un sujet sur lequel je porte un grand intérêt et qui m'amène beaucoup d'interrogations, de réflexions.

Les mots douleurs et contractions sont tellement liés qu'ils deviennent souvent synonymes dans l'esprit du grand public. Qui n'a pas entendu dans son entourage ce type de phrase: «Quand tes douleurs ont-elles commencé?»

Je suis encore surprise que parfois, dans certains cours de préparation à la naissance, on ne parle pas de la douleur, pour justement éviter d'associer accouchement et douleur. D'autres termes sont utilisés comme intensité, force. Mais ne pas en parler, n'est-ce pas une façon de ne pas l'affronter ou de laisser vivre le mythe accouchement = douleur? Cette grande phrase écrite dans la Genèse: «Tu enfanteras dans la douleur» n'est-elle pas toujours inscrite au plus profond de nos entrailles? Ne serait-il pas temps, en l'an 2000, de nous libérer de ce fardeau?

Si je n'abordais pas ce sujet dans les cours, j'aurais l'impression de mentir aux femmes, aux couples. Il est clair qu'accoucher, ce n'est pas seulement cela, mais au fond, la douleur ne prend-elle pas une grande place au cœur de cet événement?

Il est très subjectif de parler de la douleur. Et la douleur de l'accouchement est un phénomène complexe, elle est personnelle, elle est une douleur physique, mais aussi une douleur émotionnelle. Le mot douleur est d'ailleurs souvent confondu avec la souffrance. Dans une société de stress, où l'on doit tout maîtriser, gérer, comment faire face à l'inattendu que représente la naissance? Quand et comment cela va-t-il se passer?

Il me semble important de parler de cette douleur, de la démystifier, que les couples puissent s'exprimer sur ce thème. Il faudrait leur demander ce que la douleur représente pour eux, leur permettre de la différencier de la souffrance, de voir à quel moment la douleur devient souffrance. Derrière ces douleurs si différentes d'une femme à l'autre,

quelles sont les peurs, quelles sont les angoisses, quel est le sens de tout ça? Comment mon corps réagit-il face à l'expérience de la douleur?

### Moi et la douleur

A ce stade, il convient de se poser une question fondamentale: où est-ce que je me situe face à la douleur? Suis-je dans l'idée que «la douleur est une souffrance inutile à une époque où existent des techniques efficaces qui permettent de la supprimer? Ou est-ce que je considère plutôt que la douleur de l'accouchement doit être vécue comme une épreuve, une initiation au passage de la femme à devenir mère?» [1] On parle même parfois de renaissance. C'est là que je fais mon choix: soit je bloque, je me crispe, parce que je ne l'accepte pas ou alors je m'ouvre, je vais avec et je la rends plus supportable.

Je lisais dernièrement: la douleur c'est «être avec» alors que la souffrance c'est «être contre» [2]. En tant que sages-femmes qui accompagnons le processus de la naissance, il me semble que nous devons nous poser ces questions à nous-même. Quelle est mon attitude face à la douleur? Qu'est-ce que je suis capable de supporter? Est-ce que je vais avec la femme dans sa propre expérience de mise au monde?

La douleur va parfois jusqu'au cri, le cri des entrailles, le cri de la libération, le cri qui soulage, le cri de la femme qui sera relayé par le cri de l'enfant qui vient, pas un cri de souffrance, mais le cri de la Vie.

**«La douleur de l'accouchement est un phénomène complexe, elle est une douleur physique, mais aussi une douleur émotionnelle. Dans une société de stress, où l'on doit tout maîtriser, tout gérer, comment faire face à l'inattendu que représente la naissance?»**

### La naissance est une séparation

En guise de conclusion, je citerai une phrase intéressante: «A partir du moment où nous intégrons le fait que la vie est difficile, nous avons un regard différent sur les choses et nous prenons les épreuves de la vie autrement.» [3]

Nous avons chacun une histoire personnelle, un vécu avec des moments de vie plus ou moins douloureux, plus ou moins difficiles. C'est souvent en traversant une épreuve que notre regard sur la vie change et que l'essentiel nous apparaît.

Selon le regard que nous portons sur l'accouchement, sur la douleur qui l'accompagne, lui donner un sens peut modifier son intensité et permettre surtout de la vivre autrement.

La naissance est un passage autant pour la mère que pour le père et l'enfant. C'est une naissance et une séparation pour chacun. J'achèverai donc en vous laissant méditer sur cette citation d'A. Berge: «Nous naissons jusqu'à notre mort et nous mourons dès notre naissance». Selon notre orientation, nous pouvons être solidaires de cette perpétuelle naissance ou complices de cette perpétuelle agonie. ◀

### Références

[1] Madeleine Akrich, Bernike Pasveer: Comment la naissance vient aux femmes, éd. Synthélabo, coll. Les empêcheurs de penser en rond.

[2] et [3] Bénédicte de Thysebaert: «Accompagner la douleur pour dépasser la souffrance» in Dossiers de l'obstétrique, janvier-février-mars 1996.

K. Weingart

