

Ateliers d'écriture sur le soin et la mort : sept étudiants en médecine face au covid

L'expérience de la narration médicale au décours de la première vague de la pandémie de Covid-19 chez les étudiants en médecine : recherche qualitative

Hélène Souchu

Assistante spécialiste en soins palliatifs, GH Diaconesses – Croix-St-Simon
Master 2 de recherche en médecine palliative, promotion 2020

***Absence de lien d'intérêts déclarés par
l'intervenante***

Contexte (1)

- ▶ **Etudiants en santé fortement impactés par la pandémie de COVID-19**
 - ▶ **Etude CNA-CORE** (Centre National d'Appui à la qualité de vie des étudiants en santé), Juin 2020 : <https://cna-sante.fr/project/cna-core-texte-vfm>
 - ▶ *Plus de la moitié des étudiants mobilisés pendant le 1^{er} confinement ont présenté un score significatif de détresse psychologique*
 - ▶ **Multifactoriel** : charge de travail augmentée, maintien des obligations académiques, fatigue, crainte d'être contaminé ou contaminant, conditions de travail éprouvantes...
 - ▶ En particulier : **confrontation à la mort et modification de la relation de soin**
 - ▶ Peu ou pas de soutien des médecins encadrants et enseignants car eux-mêmes débordés
 - ▶ Une des propositions du CNA : **aborder les situations difficiles vécues pendant la pandémie** dans les enseignements d'éthique et de sciences humaines

Contexte (2)

- ▶ **La narration** : un outil de prévention et d'accompagnement de la souffrance au travail des médecins ?
 - ▶ *Bommier et al. Narration médicale : un traitement prophylactique contre la souffrance du médecin ? Ethics, Medicine and Public Health. 2019;8:51-5.*
- ▶ Hypothèse : la narration (écrite) oblige à **mettre en récit et réoriente la pensée dans une direction**
 - Permettrait « d'évacuer l'angoisse emmagasinée »
 - Créatrice de sens, en particulier face à la mort, la maladie et la souffrance
- ▶ La narration médicale pourrait donc
 - ▶ Améliorer la qualité de vie des soignants
 - ▶ Plus spécifiquement, accompagner ceux confrontés à la mort et à des situations brutales

Problématisation

- ▶ Mise en place d'ateliers de narration médicale pour étudiants en médecine
 - ▶ Mise en récit de l'expérience du soin et de la mort pendant la 1^{ère} vague de COVID-19
- **Explorer l'expérience vécue par les étudiants ayant participé à ces ateliers d'écriture**

Méthodologie (1) : mise en place de l'intervention

- ▶ **2 ateliers de narration médicale**
 - ▶ Destinés aux étudiants en médecine (à partir de la 2^{ème} année) et internes franciliens
 - ▶ Gratuits, organisés au sein du CRI (Paris), en présence
 - ▶ Animés par C. Brami et H. Souchu (médecins)
 - ▶ Les 6 et 13 octobre 2020, 2 séances de 2H :
 - ▶ **Séance 1** : Le vécu de la pandémie
 - ▶ **Séance 2** : La fin de vie, la mort
 - ▶ Expériences d'écriture (sur la base d'une image, vidéo, narration d'un vécu...) puis partage au groupe
- Inclusion dans l'étude **proposée, non obligatoire**

Exemple d'expérience d'écriture... Choisir l'une des deux images : Qu'est-ce que cette image vous évoque ?

Je vois une séparation entre la mort et la vie. La mort qui serait triste solitaire et sans couleur et de l'autre la vie, brillante avec de nombreuses personnes partageant le même espace. (...) Je m'interroge sur le fait que la mort n'ait aucun contact si ce n'est visuel avec la vie, pour moi ce sont des choses indissociables mais peut-être le tableau représentait-il une certaine insouciance. La mort est vraiment représentée de façon macabre et assez triste. On peut remarquer aussi que la mort a un motif presque géométrique alors que de l'autre côté on a un enchevêtrement de couleurs et de formes diverses. Ça peut faire penser au fait qu'on prend la mort pour quelque chose d'implacable, peut-être pas qu'on y aurait tout compris, mais qu'en tout cas la vie aurait plus de choses à offrir, ou en tout cas qu'elle est plus diverse et complexe que la mort, qu'il y a plus de choses à y voir et à y explorer.



Mort et vie, Gustav Klimt

Méthodologie (2) : étude de l'impact de l'intervention

- ▶ Pour rendre compte de **l'expérience et le vécu** des sujets :
 - **Analyse Interprétative Phénoménologique (IPA)**
 - Explorer l'expérience des participants et le sens qu'ils lui donnent
 - Accéder, décrire et donner du sens aux ressentis et émotions
 - Recueil de données par **entretiens semi-dirigés**
- ▶ Pas d'analyse des textes dans le cadre de cette étude

Résultats (1)

- ▶ 7 étudiants ont participé au 1^{er} et/ou au 2^{ème} atelier
 - ▶ Dont 5 ayant participé aux 2 ateliers : tous ont consenti à participer à l'étude

- ▶ Entretiens menés en octobre-novembre 2020 :

Code d'entretien	Âge	Sexe	Année d'étude	Durée d'entretien
E01	20	F	3 ^{ème} (DFGSM3)	30'
E02	21	M	4 ^{ème} (DFASM1)	25'
E03	26	F	Interne	25'
E04	26	F	3 ^{ème} (DFGSM3)	28'
E05	24	F	3 ^{ème} (DFGSM3)	25' (visio)

Résultats (2)

L'atelier comme un espace-temps facilitant le processus d'écriture

Une redécouverte de la médecine pendant la pandémie : ne pas « sauver des vies » mais prendre soin

L'atelier d'écriture réunit l'artiste au scientifique, vecteur de joie retrouvée

L'atelier d'écriture permet l'expression puis la transformation des émotions

Méta-thème 1 : L'atelier comme un espace-temps facilitant l'écriture

- **L'organisation de l'atelier canalise et favorise l'écriture**
 - « On se pose vraiment, là on est posés pendant deux heures et on écrit. » (E02)
 - « C'est l'élan : tout le monde s'y met, donc vas-y tu t'y mets. » (E05)
 - « J'ai trouvé que c'était bien [...] que ce soient différents exercices, que ce soit pas forcément "parlez du covid" parce que j'aurais pas forcément su quoi dire. » (E03)
- **Un espace de confiance pour partager et se livrer**
 - « Une atmosphère très bienveillante qui donne envie de parler de beaucoup de choses, de partager des trucs. » (E02)
 - « Ça a vraiment été pour moi un vrai moment de partage, d'écoute, où tout le monde s'est livré sans jugement. » (E01)
- **L'atelier permet de lever les freins à l'écriture et au partage**
 - « J'ai pas ressenti la once d'angoisse avant de lire ce que j'avais écrit. » (E01)
 - « C'est plus facile de dire ce qu'on pense vraiment quand on est entouré de gens qu'on connaît pas. » (E02)

Méta-thème 2 : L'atelier d'écriture permet l'expression puis la transformation des émotions

- **L'écriture permet de relater l'expérience sensible et intime...**
 - « J'ai pu écrire ce que je ressentais, poser des mots sur mes frayeurs et sur mes peurs. » (E01)
 - « Ça permet de faire ressentir... d'exprimer des choses que j'ai ressenties, que j'avais pas forcément extériorisées. » (E03)
... de façon plus approfondie qu'à l'oral
 - « Par l'écriture, je vais plus me lâcher qu'en parole [...]... dire des choses plus intimes. » (E03)
- **L'écriture permet de fixer des expériences et des ressentis fugaces**
 - « L'écriture ça permet de poser des mots sur ses émotions, de les rendre pas éternels, mais en quelque sorte. » (E01)
- **Une écriture cathartique qui clarifie et soulage les émotions et pensées envahissantes**
 - « Ecrire ça permet de ralentir un peu le flux de pensées qu'on peut avoir dans sa tête, de poser les choses au clair. » (E02)
 - « De l'écrire, ça soulage, de laisser sortir... » (E03)... « C'était vraiment libérateur. » (E03)
- **Les émotions partagées en groupe nourrissent l'expérience de chacun : la réflexivité par le groupe**
 - « C'était comme un puzzle. Et c'était chouette comment les différentes paroles et les différents vécus se répondaient comme ça. » (E04)

Je me suis sentie vraiment un peu plus happée dans ce qu'elle racontait et je me suis mis à sa place et j'ai un peu vécu ce qu'elle avait vécu, parce que elle le racontait avec son émotion. » (E01)

Méta-thème 3 : L'atelier d'écriture réunifie l'artiste au scientifique, vecteur de joie retrouvée

- **Tous les participants ont exprimé la joie et le plaisir qu'ils éprouvent en écrivant...**
« Je me suis re-rendue compte que j'aimais beaucoup écrire. Ça c'est important. » (E01)
- **...alors qu'au quotidien ils ont des difficultés à écrire en étant seuls**
« J'arrivais pas trop à écrire pour moi-même. » (E03)
« L'écriture en atelier comme on l'a fait, c'est pas spontané chez moi et j'ai besoin justement de quelqu'un pour me *driver*. » (E05)
- **Tous regrettent le manque d'arts et de créativité dans leur cursus**
« A partir du moment où on a commencé à écrire, c'est comme si j'avais eu un déclic, [...] y a un truc en moi qui s'est débloqué, un truc que médecine n'utilise pas [...]. Une partie de moi, de l'ordre de la créativité, que médecine ne stimule pas du tout. » (E05)
« J'adore lire et c'est vrai que ça me manque un petit peu parfois, à mes études. » (E01)
- **Ils ont apprécié l'expérience d'écriture en atelier et aimeraient la poursuivre**
« Ah mais moi, si y a possibilité de continuer, je signe direct ! C'est quand vous voulez ! » (E05)

Méta-thème 4 : Une redécouverte de la médecine pendant la pandémie : ne pas « sauver des vies » mais prendre soin

- **Se (re)découvrir soignant**

« J'ai découvert que c'était tellement plus que ça. Que y avait vraiment l'aspect de s'occuper d'un patient : [Lui faire sa toilette], l'habiller, lui parler, le mettre au fauteuil, le coiffer, le parfumer, le raser... enfin, tout, tout ce qui fait vivre un patient qui n'est plus en état de le faire lui-même, bah en fait c'est nous qui lui faisons. [...] Les soins c'était pas seulement donner les médicaments. » (E01)

- **Donner du sens et du temps à la relation soignant-soigné**

« C'est le patient qui était tout seul [...]. Le matin, je passais par la presse pour acheter un journal, j'allais lui amener et j'essayais de rester un peu à côté de lui pour lui faire lire. [...] » (E03)

- **Une diversité des vécus face à la mort : entre traumatisme, difficultés et indifférence**

« Je m'étais occupée d'un patient que j'affectionnais particulièrement [...] et j'ai appris qu'il était mort. Ça m'avait un peu choquée [...] et pas mal touchée. » (E01)

« J'avais été assez marquée par l'attitude du médecin, et puis aussi par mon incapacité à répondre [à la patiente]. [...] La difficulté de parler de la mort, c'est quand tu y es directement confronté. » (E04)

« Mon texte, je dis que quand j'ai un patient qui meurt je ressens rien... [...] et que je me posais un peu des questions mais pas trop non plus... » (E02)

Discussion (1) : Comparaison avec la littérature

- ▶ Utilisation de l'écriture pour **accompagner les professionnels de santé et les étudiants dans leur expérience de la pandémie de COVID-19 ?**
 - ▶ Pas d'atelier d'écriture recensé

Discussion (1) : Comparaison avec la littérature

- ▶ La narration par l'écriture permet d'**orienter et structurer la pensée**, en identifiant les mots qui permettent de définir au mieux ce qui est ressenti
 - ▶ Mise en mots d'émotions complexes, difficiles à saisir complètement (Tittia Rizzi et Viardot, 2015)
- ▶ Selon P. Ricoeur : *Soi-même comme un autre, 1990*
 - ▶ Les personnes n'ont qu'une « intuition chaotique » d'elles-mêmes car elles sont plongées dans l'expérience quotidienne qu'elles vivent
 - ▶ **La narration écrite permet de marquer un temps de réflexion, faire retour sur les éléments de vie, les réordonner et les « mettre en intrigue »** → L'écriture de l'histoire de notre vie facilite la compréhension que nous avons de nous-mêmes
- ▶ L'écriture donne de la puissance au récit : fixe et persiste dans le temps
 - ≠ oral : éphémère et peu fiable

Discussion (1) : Comparaison avec la littérature

► Ecriture et expérience de la souffrance

Delassus, 2015 :

*« Ce qui fait de la maladie une expérience le plus souvent insupportable, c'est qu'elle introduit avec tout le cortège de souffrances qui l'accompagne **une rupture qui vient faire obstacle à cette dimension narrative de l'existence humaine.** La souffrance y apparaît comme **rupture du fil narratif.** »*

- L'écriture permettrait de redonner de la cohérence et de l'acceptabilité à l'expérience de la souffrance
 - Se réinstaurer comme sujet

► Ecriture et réflexivité

Chabanne, 2006 et Bibauw, 2010 :

« La réflexivité en tant que telle n'a pas lieu dans l'écriture : ce sont les moments d'arrêts ou les rythmes lents induits par la temporalité de l'écriture qui permettent à la pensée d'opérer une réflexion sur elle-même.

*Autrement dit, **l'écriture n'est pas tant génératrice que facilitatrice du processus réflexif.** L'écriture vient plutôt étayer la démarche réflexive, c'est-à-dire lui servir de support pour se développer. »*

Discussion (2) : Forces et limites de l'étude

- ▶ Forces :
 - ▶ Originalité de l'étude
 - ▶ Pertinence d'aborder le ressenti des étudiants en médecine et leur qualité de vie
 - ▶ Impact de l'étude sur les participants : enthousiasme et remerciements
- ▶ Limites :
 - ▶ Peu d'expérience de l'investigatrice principale (entretiens, analyse)
 - ▶ Manque d'interdisciplinarité dans l'analyse
 - ▶ Saturation des données ?
 - ▶ Profil des étudiants participant aux ateliers : intérêt pour la narration

Conclusion

- ▶ Champ des pédagogies réflexives en médecine
- ▶ Plaisirs et la joie dans l'apprentissage → Motivation intrinsèque
- ▶ Les ateliers sont une intervention paraissant pertinente pour accompagner les étudiants en médecine
 - ▶ Les initiatives similaires sont à promouvoir et à développer
 - ▶ Autant que possible dans le milieu universitaire, en l'incluant dans les cursus médicaux



Merci pour votre écoute