

LE MÉDECIN QUI VOUS SOIGNE

Vous avez pu voir au cours de ces dernières semaines que si votre maladie ne ressemble à aucune autre, l'attitude de votre médecin à votre égard n'a pas été non plus celle que l'on rencontre habituellement chez un médecin. Certes, pour une part, j'ai eu à m'occuper des conséquences physiques de votre maladie, je veux dire de votre intoxication. A ce titre, j'ai agi comme en présence d'une maladie ordinaire : j'ai essayé de savoir (notamment grâce à l'examen de votre sang) à quel degré votre organisme était atteint ; j'ai aussi mis en œuvre un traitement biologique spécifique par piqûres intraveineuses ou intramusculaires, mais ce comportement strictement médical n'était valable que pour l'élément toxique de votre maladie. A la limite, il n'était pas absolument nécessaire que je vous explique le pourquoi et le comment de ces soins.

LE MÉDECIN QUI VOUS INSTRUIT

Pour le deuxième point, c'est-à-dire pour l'élément de sensibilisation de votre organisme à l'alcool, il m'a été nécessaire d'agir tout autrement. L'essentiel de mon action consistait à vous faire voir votre maladie comme une maladie et non comme un vice, à vous apprendre ce que j'entends par "sensibilisation à l'alcool". Vous avez compris que vous présentez une sensibilité physique malade à l'alcool et que vous ne "pouvez" en boire. J'ai aussi tenté de vous faire entrevoir ce que peut être une sensibilisation psychologique à l'alcool, c'est-à-dire, comment l'alcool intervient peu à peu dans tous les éléments d'une vie, comment il devient le "remède" à tous les maux, puis l'obstacle à toutes les joies et à toutes les réussites.

LE MÉDECIN AUPRÈS DE QUI VOUS VOUS CONFIEZ

Mon rôle ne se borne pas là ; panser vos plaies, vous instruire n'est pas l'essentiel de ce que je peux faire pour vous. En parlant du facteur psychologique, je vous ai dit qu'à ce sujet aussi nous n'étions pas sans ressources pour vous aider. Pour guérir dans ce domaine, je vous ai demandé, non de suivre telle ou telle prescription, mais d'adopter une attitude de complète sincérité envers moi. Ceci a pu vous étonner, vous paraître indiscret et aussi vous gêner : en écrivant votre autobiographie, vous vous êtes peut-être demandé parfois : "Que va-t-il penser de moi ?" Une telle participation ne s'est donc pas faite sans difficultés et je vous remercie d'avoir accompli cet effort. En acceptant de suivre ma suggestion de vous confier à moi, il est possible que vous soyez allé plus loin dans la confiance que vous ne le pensiez tout d'abord. Auprès de votre médecin, vous avez trouvé une possibilité nouvelle de regarder en face vos difficultés, qu'elles soient dues ou non à l'alcool. A quiconque, même et surtout à un être cher, vous ne pouvez tout dire. Par exemple, il vous faut lui taire des réactions d'hostilité, même passagères, que vous pouvez éprouver à son sujet ; vous devez aussi plus ou moins lui cacher vos échecs, vos faiblesses, ne serait-ce que pour lui épargner une peine. Vous n'avez pas les mêmes motifs de taire certains aspects de votre vie à votre médecin. Pour cette raison, vous êtes

allé dans les confidences plus loin probablement que vous ne l'aviez jamais fait.

L'attitude que j'ai observée à votre égard n'est pas étrangère à ceci. Vous n'avez en face de vous ni un juge risquant de vous condamner, ni un confesseur allant vous donner l'absolution, mais ce personnage à la fois désiré et redouté qu'est le médecin. Ce médecin qui consacre sa vie à l'étude de tels problèmes, a appris à observer une neutralité bienveillante et humaine, et à vous aider à créer ce lien psychologique entre lui et vous, lien qui sera un des instruments les plus efficaces du traitement.

LA CLINIQUE DEVENUE UNE MAISON AMIE

Votre médecin n'est pas le seul à prendre subitement une place très importante dans votre vie. Selon votre caractère, vous avez été amené plus ou moins à parler de vous et de votre maladie à vos infirmières ; grâce à elles aussi, vous avez senti qu'il y avait une issue possible pour vous. A leur égard, vous avez pu éprouver parfois, comme vis-à-vis de moi, des sentiments très variables : méfiance au début, ensuite cordialité ou à l'encontre hostilité, mais, quelles que soient ces fluctuations, vous savez maintenant pouvoir trouver auprès d'elles un climat de calme, de confiance, de compréhension et d'espoir. Enfin les autres malades, notamment ceux qui étaient "en avance" sur vous, ont achevé de créer une atmosphère nouvelle et utile à votre guérison. Sans bien vous expliquer pourquoi, il est probable que vous sentez l'importance décisive d'un tel climat psychologique.

LE MÉDECIN APRÈS VOTRE SORTIE

J'espère que vous saurez utiliser au maximum ce nouveau lien établi entre vous et moi. Mon rôle ne se limitera pas à vous aider pendant ces quelques semaines passées à la clinique. Après votre sortie, il sera nécessaire que vous veniez me voir en consultation. Au cours de ces visites, nous serons surtout amenés à parler de la façon dont se réorganise votre vie. Vous m'y ferez part de vos succès et serez probablement étonné de constater à quel point ces entretiens en toute franchise, ces "minutes de vérité", constitueront d'utiles points de repère au cours des progrès que vous ferez. Nous envisagerons aussi les obstacles auxquels vous risquez de vous heurter : par exemple les éventuelles difficultés concernant les relations avec les vôtres, c'est-à-dire avant tout des difficultés d'ordre psychologique qui n'existent que dans la mesure où vous ne réussissez pas à les résoudre. Quant à l'alcool, peut-être n'aurons-nous jamais, ou presque jamais, à en parler. Vous n'y penserez plus. Il se peut cependant que ce problème s'impose de nouveau à vous, que vous y pensiez, bref que vous rechutiez. Cette éventualité n'est pas impossible. Je dirais même que dans certains cas, quelques rechutes sont presque inévitables. Il n'y a pas lieu de s'en alarmer outre mesure.

Prochainement, nous en reparlerons longuement afin que vous ne soyez pas pris au dépourvu si cela vous arrive. Ce sont là tous les problèmes de la post-cure.

LE MÉDECIN AUPRÈS DE VOTRE FAMILLE

Mon rôle s'étend aussi, au-delà de vous, à votre famille. Auprès d'elle, je dois être votre avocat. Certes, vous n'êtes pas en véritable lutte avec elle, et j'en veux pour preuve le seul fait qu'elle ait décidé avec vous de jouer votre chance ici. Mais les vôtres n'en ont pas moins souffert de cette maladie ; un certain ressentiment à votre égard est compréhensible, dans toute la mesure où ils n'ont pu admettre tout de suite que vous étiez bien atteint d'une maladie. Mon rôle est de les éclairer à ce sujet. Il est aussi d'obtenir d'eux qu'ils vous fassent désormais entièrement confiance.

Dans cette intention, je joins à ce texte une lettre spécialement destinée à votre famille. Lisez-la, parlez m'en et mettez-la à la poste, accompagnée de toutes les modifications ou explications qui vous paraîtront nécessaires dans votre cas particulier. Je crois vous avoir dit ici l'essentiel du rôle que joue votre médecin. Mais ce problème n'est pas simple, et je souhaite que vous me donniez votre opinion sur la façon dont je conçois mon rôle à votre égard, pendant votre séjour ici, et à l'avenir. Nous en tirerons profit l'un et l'autre.

Commentaire

Plus vous êtes sincère, plus il est possible de vous aider à résoudre vos difficultés qu'elles soient d'ordre psychologique ou relationnelle.

Bien que la plupart des personnes arrivent à LA TEMPÉRANCE anxieuses à l'idée de "ce qu'on va leur demander", le calme et la tranquillité des lieux, la beauté du paysage et la simplicité des thérapeutes leur permettent d'être rapidement à l'aise... et au fil des jours (4 seulement !) s'installent une relation de qualité où la complicité et l'humour facilitent la parole tandis que la précision et l'efficacité des protocoles de PNL opèrent des changements profonds et durables. Il y a un "avant" et un "après", comme un tournant ou une étape essentielle qui marque le début d'une nouvelle vie...