Les plus beaux cadeaux

Shazeen Suleman
Étudiante de deuxième année en pédiatrie, université de Toronto

L'an dernier, j'ai eu la surprise de recevoir un cadeau d'une famille que j'avais soignée. Lors d'une journée où je n'en pouvais plus, ce rappel de l'appréciation que ressentent de nombreuses familles était bienvenu. La carte est toujours sur mon frigo. Je peux la lire tous les jours et admirer le bracelet de plastique sur lequel figurent le nom du patient et l'inscription « Ensemble, nous pouvons ».

Cependant, il y a une partie du cadeau que je n'ai jamais ouverte.

En effet, en plus de la jolie carte contenant un message touchant et du symbole de force et d'espoir, cette famille m'a généreusement donné un beau bijou de cristal. Je n'ai pas pu les remercier en personne, puisqu'ils ont simplement laissé des cadeaux au poste d'infirmerie à tout le personnel qui les avait aidés pendant l'hospitalisation.

Quand j'ai parlé à un mentor plus tôt cette semaine, j'ai compris pourquoi je n'avais pas ouvert cette partie-là du cadeau : je me sentais *mal à l'aise.* Pour comprendre pourquoi je me sens ainsi – comme bien d'autres résidents, j'en suis sûre – il faut un peu d'exploration, un examen des relations en médecine, particulièrement pendant la formation. Elles semblent d'ailleurs plus problématiques en pédiatrie que dans d'autres spécialités, ce qui fait ressortir certains des défis qui nous sont propres.

En qualité d'étudiante en médecine, j'adorais pouvoir être l'employée « en première ligne », la personne qui passait le plus de temps avec un patient et sa famille. C'est en partie parce qu'il me fallait beaucoup plus de temps pour passer en revue les antécédents et procéder à l'examen physique, et aussi à cause du peu d'autres responsabilités qui m'incombaient. Puisque nous passions du temps avec les familles, nos relations s'enrichissaient. Nous étions souvent les membres de l'équipe qui découvraient les éléments sociaux « non médicaux » capitaux, très utiles au traitement et à la convalescence. Cette relation ouverte et confiante était stimulante à la fois pour moi et pour le patient. C'est pourquoi les relations sont au cœur de la pédiatrie sociale, car pour les plus vulnérables, la confiance est essentielle à la prestation de bons soins.

L'an dernier, j'ai amorcé ma résidence en pédiatrie dans un grand centre de soins tertiaire du Canada, et je suis redevenue la personne la moins expérimentée de mon équipe. Que ce soit dans l'aile de pédiatrie générale ou à l'USIN, je consacrais souvent des heures à parler aux patients et à leur famille de leurs inquiétudes, de leurs craintes et de leurs intérêts. Cependant, je n'étais plus *seulement* l'étudiante, j'étais leur médecin. Je rédigeais les ordonnances, je procédais aux aiguillages, je leur expliquais les directives de congé et je leur donnais des conseils sur la prise en charge à la maison. Notre relation devenait encore plus intime et parfois, la frontière entre le médecin et le patient me semblait s'apparenter à une simple marque dans le sable. Les parents me demandaient souvent à quelle université j'ai étudié la médecine, quand j'allais terminer ma résidence, qu'est-ce que je pensais faire après. Ce sont ces questions amicales qui me troublaient. Au lieu d'être leur médecin, j'avais parfois l'impression d'être leur amie.

Les relations vous aident à défendre vos patients, à leur donner les moyens d'agir et à les soigner. Cependant, elles peuvent aussi vous nuire et nuire aux soins que vous prodiguez. À la faculté de médecine, je me rappelle avoir découvert le transfert et le contre-transfert. Le transfert se produit lorsque vous ressentez les émotions de votre patient, qui vous rappelle un ami ou un membre de votre famille, par exemple. Le contre-transfert a lieu lorsque vos sentiments dictent vos réactions envers le patient. Ainsi, vous vous sentirez peut-être heureux en présence de certains patients, mais vous redouterez d'en voir d'autres. Ce peut même être la tristesse que vous ressentez et que vous ramenez chez vous lorsqu'un patient que vous soignez vit un événement négatif. Les cadeaux sont une autre manifestation du contre-transfert et du transfert, puisqu'ils représentent l'émotion dans une forme tangible qui, à son tour, influe sur votre relation avec votre patient. Dans un monde où nous devons tous être en mesure de prodiguer des soins objectifs à ceux qui nous entourent, le contre-transfert et le transfert font partie des défis qui nous posent le plus problème, à nous, les membres moins expérimentés de l'équipe, notamment parce que nous sommes ceux qui passent le plus de temps avec les patients et leur famille.

Mon plus grand défi consiste désormais à gérer ces relations et les effets qu'elles ont sur moi. J'adore savoir que je peux entretenir un lien significatif avec les familles de mes patients, qu'elles sont conscientes de toute la sincérité de mon affection pour eux. Cependant, je dois pouvoir gérer les émotions qui accompagnent ce type de relation et les contrebalancer avec les valeurs professionnelles d'objectivité et d'égalité. En qualité de résidente junior, il m'est utile de savoir que je ne suis pas seule. Les résidents seniors, les postdoctorants et le personnel ont tous vécu des expériences similaires. Dès qu'un collègue parle d'une rencontre clinique, il vous fait part d'une relation et de ses répercussions. En réfléchissant à mes émotions et à mes actions seule et avec mes collègues, j'apprends à mieux me connaître et à mieux comprendre mes besoins affectifs, tout en continuant d'accorder toute mon attention aux patients, sans compromis.

Mon cadeau demeure dans sa boîte. La famille m'a déjà fait un cadeau beaucoup plus précieux : une relation significative et la validation que les soins, la préoccupation et les relations ont un effet considérable sur la vie des patients. Qui plus est, elle m'a aidé à comprendre le fragile équilibre entre les relations et le professionnalisme, parce qu'en donnant trop de moi, je peux nuire à mes patients. Au bout du compte, je cherche à réfléchir constamment à comment *je* me sens, pour pouvoir maintenir cet équilibre et défendre mes patients.

Ce texte est reproduit avec l'autorisation de http://www.pediatriccareer.org/, pour lequel Shazeen est collaboratrice invitée.