



Disponible en ligne sur

**ScienceDirect**  
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

**EM|consulte**  
www.em-consulte.com



ANTHROPOLOGIE

## L'homme douloureux



*The person in pain*



Charles Jussellin

### Charles Jussellin

*Équipe mobile d'accompagnement et de soins palliatifs, CHU Bichat-Claude-Bernard, AP-HP, 46, rue Henri-Huchard, 75018 Paris, France*

Reçu le 22 septembre 2014 ; reçu sous la forme révisée le 15 février 2015; accepté le 1<sup>er</sup> mars 2015

Disponible sur Internet le 23 avril 2015

#### MOTS CLÉS

Douleur ;  
Disponibilité ;  
Agir ;  
Altération

**Résumé** Devenu douloureux, l'homme s'altère. Ses possibilités d'accueil et d'écoute, de même que ses capacités d'agir, changent et se dégradent. Ces altérations doivent être prises en compte pour soutenir et apaiser l'homme douloureux.

© 2015 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

#### KEYWORDS

Pain;  
Availability;  
Act;  
Alteration

**Summary** As the human suffers, he gets altered. His hosting, listening and reacting capacities change and get altered as well. These changes must be taken into account to support and soothe the suffering of the person in pain.

© 2015 Elsevier Masson SAS. All rights reserved.

### Introduction

Prendre en charge la douleur, l'évaluer et la réévaluer, lutter contre celle-ci alors qu'elle se rebelle, risque-t-il de nous éloigner de l'homme lui-même alors qu'il est devenu douloureux? Trop se pencher seulement sur le symptôme douleur risque-t-il de négliger les modifications subies par l'homme

lui-même en raison du vécu de son expérience? La douleur altère l'homme, le change et le dégrade. Il n'est plus le même homme. « L'individu devient autre que soi, et il est perçu comme tel par les autres à son entour » [1].

Nous proposons de porter un regard phénoménologique sur cet homme douloureux : prendre une distance provisoire afin d'observer différemment cet homme et trouver ensuite une meilleure présence pour sa prise en charge. Qu'est-ce qui se montre ?

L'homme vit en société : « la nature l'a fait vivre avec ses semblables » [2]. Chacun fait sans cesse l'expérience de

Adresse e-mail : [charles.jussellin@bch.aphp.fr](mailto:charles.jussellin@bch.aphp.fr)

<http://dx.doi.org/10.1016/j.medpal.2015.03.005>

1636-6522/© 2015 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

rencontrer d'autres hommes. La condition humaine impose d'être disponible et de se préoccuper sans cesse, d'une part, du monde des objets et d'autre part, des êtres vivants côtoyés dont les autres hommes. Cette disponibilité permet à l'homme d'agir à bon escient au regard de ses intentions, d'aller de l'avant. Deux façons indissociables et simultanées d'exister : être disponible et pouvoir agir.

Devenu douloureux l'homme est-il encore autant disponible à ce qui l'entoure, « être disponible » ? Peut-il mener à bien ses projets, maintenir un même niveau d'activité, « agir » ? [3] Soulever ces deux questions permet d'analyser la façon dont la douleur altère l'homme et la crainte qui en découle.

Quel est cet homme douloureux fréquemment rencontré dans notre pratique soignante ? Qu'est-ce qui a changé ? Qu'est-ce qui est dégradé chez lui ?

## Être disponible

Pour analyser cette disponibilité, la façon dont un homme est là, être-là, présent parmi les autres hommes, accueillant et écoutant, nous évoquerons la qualité de son humeur, de son attention, et s'il est concerné par ce qui se dévoile autour de lui.

### Humeur

L'humeur habituelle des hommes varie d'un versant enjoué et tonique à celui de triste et accablé. L'homme se montre de bonne ou de mauvaise humeur si ce n'est d'une humeur débonnaire, gaie, austère, inquiète, noire, vagabonde, caustique, goguenarde, etc. D'un homme d'humeur indocile, guerrière ou frondeuse, nous n'attendons pas un accueil et une écoute bienveillants ; alors que ceux-ci seront probables si nous découvrons un homme conciliant, accommodant ou sociable. « [...] le monde est vu dans une lueur qui, au gré des variations de l'humeur, a ses hauts et ses bas [...] » [3].

#### *L'expérience douloureuse modifie l'humeur de l'homme.*

Souvent irrité, agacé, de mauvaise humeur, voire triste, l'homme douloureux se trouve moins disponible à ce que nous lui demandons ou à ce que nous lui proposons ; moins accueillant.

### Attention

L'attention n'est pas un état d'âme comme nous pourrions le dire de l'humeur, mais une manière d'être, une attitude, permettant de percevoir le monde alentours et de s'y diriger : se tenir prêt, être attentif, redoubler d'attention, être vigilant. Sans cesse l'homme doit faire attention à ce qui l'entoure lors de ses activités. Il doit rester attentif à ce qui pourrait surgir autour de lui ou en lui-même jusqu'à souvent fixer plus particulièrement son attention sur quelque chose ou quelqu'un en fonction de ses intentions ; « tout dépend de la direction de mon attention » [4].

#### *La douleur accapare en partie l'attention de l'homme qui la subit.*

L'homme se tournant vers la partie lésée de son propre corps se trouve moins attentif à ce qui l'entoure, à ce qu'il fait. La qualité de son attention est moindre pour mener à bien certaines tâches. Celles-ci sont souvent moins bien effectuées et demandent plus de temps, lorsqu'il ne commet pas des erreurs d'exécution.

Intense, la douleur accapare parfois presque entièrement l'attention de l'homme douloureux à ce qui l'entoure, le conduisant vers une expérience au cours de laquelle il « disparaît » du monde au sens de moins « être parmi les hommes » [5]. C'est l'emprise de la douleur.

### Être concerné

Être concerné représente le supplément d'attention permettant à l'homme de distinguer, d'examiner et de s'intéresser à quelque chose ou à autrui. La disponibilité d'accueil et d'écoute s'ouvre avec l'humeur puis l'attention mais celle-ci devient complète si l'homme est concerné par ce qui se dévoile autour de lui.

Alors que l'expérience douloureuse le concerne au premier chef, l'homme devenu douloureux se trouve parfois paradoxalement peu concerné par ce qui lui est proposé, par exemple moins observant quant aux traitements à suivre. Par la douleur vécue dans sa chair, l'homme se trouve moins concerné : sa disponibilité d'écoute s'amoindrit et ses relations aux autres en pâtissent. Il présente parfois même une relative indifférence à ce qui se déroule ou aux questions qui lui sont posées. Il n'est plus le même.

L'observation de ces trois notions, humeur, attention et être concerné, montrent l'altération de la qualité de la disponibilité d'accueil et d'écoute de l'homme douloureux, jusqu'à parfois l'entraîner dans des attitudes paradoxales, par exemple vis-à-vis de l'observance de ses traitements.

### Agir

Agir représente la possibilité pour un homme, alors qu'il est suffisamment disponible, de se préoccuper de lui-même et de ce qui l'entoure, les objets, la nature et les êtres vivants dont les autres hommes [3]. C'est-à-dire, exister et coexister, vaquer à ses occupations, tenir sa place d'homme dans la société. Autrement dit, « découvrir » ses possibilités d'agir pour lui-même et par lui-même en fonction de ses intentions et « développer » ces possibilités.

### Découvrir

« Découvrir » ses possibilités d'agir, non pas au sens de seulement faire un choix, mais au sens de se rendre compte des possibilités d'action présentes en fonction de ses intentions au regard des enjeux et des circonstances. Comment s'y prendre pour agir ?

Devenu douloureux l'homme découvre que ses possibilités d'action se sont restreintes, autant en ce qui concerne sa préoccupation envers ce qui l'entoure que ses relations avec les autres hommes. Cette restriction du champ des possibles

se retrouve dans le regard craintif de l'homme douloureux confronté dorénavant à des difficultés pour agir.

## Développer

La condition humaine porte l'homme en avant, vers un « à-venir », en fonction de ce qui se dévoile devant lui. Il se projette, non pas au sens d'une action prédéterminée, mais au sens du seul fait d'être présent, d'aller de l'avant, de découvrir des possibilités, de se projeter vers l'avenir. Chacun de ses cinq sens, la vue, l'ouïe, l'odorat, le goût et le toucher, associés à ses propres capacités subjectives de discernement et de réflexion, sont convoqués pour développer des possibilités d'action. Pas seulement pour comprendre ou prendre connaissance de ce qu'il est possible de faire, mais pour en donner un sens, ou un non-sens, et ajuster ses actions au regard de ses intentions.

Si les possibilités d'agir sont altérées chez l'homme douloureux, les développer le sont aussi.

## Crainte

La douleur change et dégrade l'homme lui-même ainsi que ses relations indispensables et incessantes avec les autres hommes. Tout homme, quel qu'il soit, malade ou non, communiquant normalement ou non, transformé par la douleur, communique son éprouvé douloureux en montrant aux autres une façon d'être dorénavant différente : sa disponibilité et ses capacités d'agir sont altérées. Par la médiation de lui-même, alors qu'il est langage [4], l'homme devenu douloureux « éclaire » différemment le monde au gré de l'intensité douloureuse et du sens qu'il lui attribue, lequel dépend de sa culture, de son histoire, des circonstances et des enjeux à chaque fois différents. À l'instant même où la douleur saisit l'homme, son regard change, de même que son visage, ses gestes, sa démarche, ses pensées, ses capacités d'élaboration intellectuelle, son allant, etc.

L'homme ainsi altéré craint l'accentuation de l'expérience douloureuse, autant son intensité que sa durée. Il craint la souffrance d'être moins disponible et entravé pour agir.

*L'homme douloureux craint des pertes imminentes [6].*

Son existence est menacée.

Cette crainte doit être accueillie par celui qui tente de l'apaiser, en s'engageant à ce que l'homme douloureux perçoive l'assurance d'un soutien, d'une prise en compte, au mieux d'une prise en charge. La crainte s'estompera par ce sentiment de prise en charge, de reconnaissance de sa souffrance, puis par une douleur devenue moins menaçante.

## Conclusion

L'homme existe grâce à ses incessantes relations avec les autres hommes. C'est la condition humaine. Devenu douloureux, il montre sa façon d'être douloureux à partir de lui-même. La douleur n'est jamais seulement un symptôme mais toujours un homme douloureux menacé dans son existence et craignant des pertes imminentes.

En fonction des lésions de son corps, des circonstances et des enjeux, du sens attribué à la douleur, l'homme douloureux s'altère à des degrés divers et variables. Ses possibilités d'accueil et d'écoute, de même que ses capacités d'agir, changent et se dégradent. Ces altérations doivent être prises en compte pour soutenir et apaiser un homme douloureux. L'assurance de sa prise en charge et de la reconnaissance de sa souffrance devront émerger des préliminaires indispensables aux différentes rencontres à visée soignante.

## Déclaration d'intérêts

L'auteur déclare ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.

## Références

- [1] Le Breton D. *Expériences de la douleur*. Paris: Métailié; 2010. p. 60.
- [2] Aristote. *Éthique à Nicomaque*. Paris: LGF, Le livre de poche; 1992. p. 382.
- [3] Heidegger M. *Être et temps*. Paris: Gallimard; 1986.
- [4] Sartre J-P. *L'être et le néant*. Paris: Gallimard; 1943.
- [5] Arendt H. *Condition de l'homme moderne*. Paris: Calmann-Lévy; 1983. p. 91.
- [6] Aristote. *Rhétorique*. Paris: LGF, Le livre de poche; 1991. p. 203.