

Vivre avec une douleur chronique

Introduction	9
Chapitre 1 : Sous le règne de la subjectivité	15
La douleur avant tout vue comme une expérience	16
Un regard éveillant le vivant	21
Toute connaissance est habitée	25
<i>Conclusion</i>	27
Chapitre 2 : Quand la phénoménologie vient au secours de la clinique	29
Le discours théorique de la phénoménologie, son cadre et ses enjeux	29
Le versant pragmatique de la phénoménologie	33
La posture phénoménologique pour une réforme de nos attitudes	35
<i>Conclusion</i>	43
Chapitre 3 : La relativité des savoirs : approches à la première, deuxième et troisième personne. Un trio à bien accorder	45
Modèles conceptuels, entre lumière et ombre	46
Un trio à bien accorder	47
<i>Conclusion</i>	50
Chapitre 4 : Douleur chronique et soignants : entre agacement et curiosité, une opportunité pour se réinventer ?	51
Déroute	51
Écouter et entendre	52
Choisir de se réinventer	53
Le pouvoir de la relation	55
<i>Conclusion</i>	56
Chapitre 5 : L'Approche centrée sur la personne : les idées-clés de Carl Rogers et leur éclairage pour l'accompagnement des personnes souffrant de douleur chronique	59
Le socle humaniste	59
L'Approche centrée sur la personne de Carl Rogers	60
Les idées-clés de l'Approche centrée sur la personne	62

La tendance actualisante	62
Les six conditions structurelles, nécessaires et suffisantes au changement thérapeutique	64
Les trois attitudes	66
La notion de Moi et du Moi idéal	74
Le processus thérapeutique en sept stades	76
La vie pleine	79
Apports de la philosophie existentielle à la thérapie humaniste	80
<i>Conclusion</i>	84
Chapitre 6 : L'Approche centrée sur la personne dans l'organisation de l'accompagnement des personnes souffrant de douleur chronique	85
Une toile de fond commune aux soignants	85
Enjeux d'un cadre pour un abord (in)attendu de la douleur chronique	88
Les forces de l'Approche centrée sur la personne	89
Faire vivre l'Approche centrée sur la personne dans une équipe sensible aux valeurs humanistes	94
Êtes-vous partant ?	95
Un tour d'horizon pour une « évaluation » et une mise en confiance	97
Du contrôle de la douleur à l'accompagnement de la personne	101
De l'individuel au groupe	104
Et quand ça coince ? Piqûres de rappel	112
Se soigner sans en avoir l'air	115
Prendre soin de soi, un appel de l'Approche centrée sur la personne aux soignants	116
Et ça marche l'Approche centrée sur la personne et la douleur chronique ?	117
<i>Conclusion</i>	120
Chapitre 7 : Des outils pour améliorer la conscience du moment présent	123
Entrer dans le monde du moment présent	123
Sortir sa loupe sur le moment présent	125
A. Microphénoménologie : reconstituer le moment qui fut présent	125
B. Focusing : la justesse du corps	128
C. La méditation de pleine conscience : laisser être	130

D. L'hypnose conversationnelle :	
la reconnaissance de l'inconscient.....	131
<i>Conclusion</i>	132
Chapitre 8 : Implications de l'Approche centrée sur la personne	
pour la formation des soignants	135
L'expérientiel comme outil pédagogique.....	135
Prendre le temps d'explorer son propre vécu	136
Défenses de soignants : enjeux et limites de leurs nécessités.....	138
Comprendre l'écoute active	139
La douleur chronique, des histoires à raconter	140
La circulation de la parole pour le développement durable	
des soignants	142
Une formation à l'Approche centrée sur la personne ?	144
<i>Conclusion</i>	144
Quelques points capitaux que vous ne devez jamais oublier...	146
Conclusion générale	149
Bibliographie	151