

Réactions possibles du praticien ou de la patiente

Connaître ses défauts, c'est les atténuer ! À partir de phrases archétypiques, se reconnaître dans sa façon de communiquer et comprendre les conséquences que peuvent parfois avoir nos mots quand ils ne deviennent plus nos amis.

Type	Exemple	Conséquences possibles	Risques du côté soigné-e
Evaluation jugement moral	« <i>On sait bien ce que faire attention veut dire</i> »	Exprime le reproche, la mise en garde, parfois la menace	Inhibition, culpabilité, révolte angoisse
Interprétation personnelle	« <i>Et vous pensiez ne pas être enceinte avec une méthode naturelle</i> »	Accent placé sur un point jugé comme essentiel	Incompréhension, étonnement, pas concernée par la réponse, provoque une rectification, désintérêt, blocage défensif
Soutien, consolation, banalisation	« <i>Ne vous inquiétez pas, vous serez bientôt enceinte d'une autre grossesse</i> »	Encouragement, consolation, rassure avec un risque d'être paternaliste ou inapproprié	Désir de conserver l'amitié Refus hostile ; Attente
Investigation	« <i>Expliquez-moi comment vous faites pour perdre du poids</i> »	Questionnement, oriente vers les détails désirés par le récepteur	Réaction hostile à l'inquisition
La Solution	« <i>Une contraception efficace comme le DIU au cuivre va empêcher cet épisode de se reproduire</i> »	Solution plaquée, celle du récepteur	Doit choisir cette solution alors qu'elle ne lui convient pas
Information, enseignement technique	« <i>La méthode du retrait est une méthode qui présente un risque de 25 %, c'est un risque qui existe</i> »	On explique objectivement, doctoralement. Attitude neutre du point de vue émotionnel (défensive)	Faible impact du message

Le meilleur du pire - Quelques phrases paternalistes

Quand la personne ne l'a pas demandé, certaines phrases ne sont pas adaptées. Voici un florilège des phrases paternalistes

« <i>Eh bien, si vous voulez mon avis...</i> »	« <i>A votre place je ferais</i> »	« <i>Vous avez tort d'agir ainsi, vous devriez le savoir</i> »	« <i>Voici la liste des méthodes disponibles : celle-là est parfaite pour vous !</i> »
« <i>Je suis sur-e que vous ne voulez pas de cette méthode</i> »	Les mots « <i>toujours</i> », « <i>doit</i> », « <i>jamais</i> »	« <i>Ah, ce serait bien de prendre une contraception pour vous !</i> »	