

John Kayser

Du musicien à l'infirmier

Par Catherine Crépeau

Spécialiste de l'entretien motivationnel, le clinicien et chercheur John Kayser met ses compétences au service de ses clients, notamment pour les aider dans leur combat contre le tabac.

Musicien bénévole à l'Hôpital Royal Victoria, John Kayser a été séduit par le respect et l'empathie des infirmières, au point de vouloir en faire sa profession.

C'est en jouant de la musique pour les patients en soins palliatifs de l'Hôpital Royal Victoria que John Kayser a découvert sa vocation. « J'ai été frappé de voir comment les infirmières créaient un environnement de soins chaleureux, dans le respect et le calme. Tout était dans le non verbal, dans leur façon de communiquer avec les patients. J'ai trouvé ça tellement intéressant que j'ai voulu aller plus loin », raconte John Kayser.

Étudiant en sciences de la santé au Collège Dawson, il se rend à l'hôpital bien avant le début de ses concerts afin d'observer le travail des infirmières et, par la suite, donner des soins bénévolement. Une rencontre avec un professeur de l'École des sciences infirmières de l'Université McGill achèvera de le convaincre. « La personne que j'ai rencontrée était charmante. Elle m'a parlé du baccalauréat, de la maîtrise, du doctorat. J'ai vu que la profession était beaucoup plus complexe que je le pensais. »

Contre le tabac

Infirmier au Centre universitaire de santé McGill (CUSM), John Kayser côtoie ensuite des patients souffrant de maladies pulmonaires. Il réalise alors les difficultés rencontrées quotidiennement par ces patients et les terribles conséquences du tabac sur la santé. « J'ai vu à quel point ces patients souffraient. Comment l'essoufflement limitait leurs activités. »

À partir de ce moment, John Kayser s'investit pleinement dans le développement du programme de cessation tabagique de l'Institut thoracique de Montréal du CUSM. Ses débuts sont cependant difficiles. « Je n'avais jamais fumé et j'étais très jeune. Je n'avais pas beaucoup de crédibilité ! », admet-il en riant. L'infirmier revient alors à la base : la philosophie des soins acquise pendant ses études et la communication avec le patient. « J'ai découvert que ça marche même si on a peu d'expérience. Mes patients cessaient de fumer et je voyais une amélioration de leur état. C'est là que j'ai réalisé l'impact que j'avais sur leur vie. C'est très inspirant », explique-t-il.

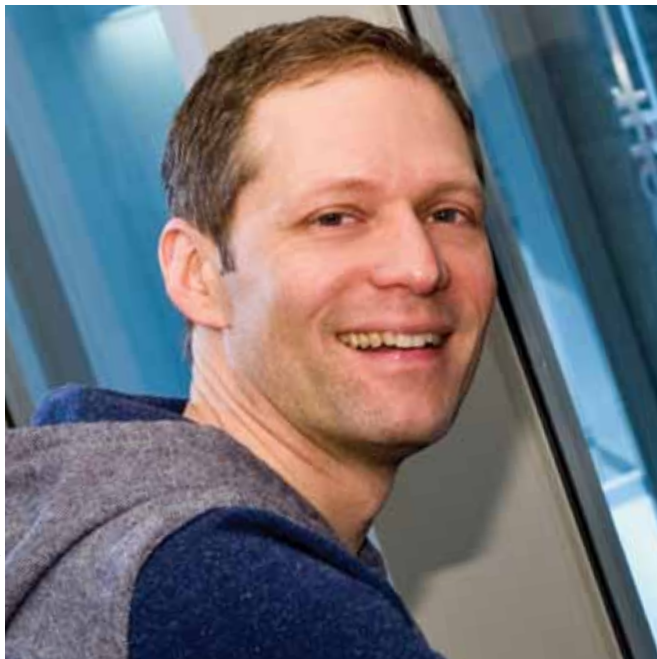


© Marcella Heye

L'entretien motivationnel

Cette inspiration l'incite à vouloir améliorer ses interventions en donnant des exposés et en suivant des stages, notamment dans des centres de toxicomanie. Son expertise attire un candidat au doctorat en psychologie, Jean-Marc Assaad, qui souhaite bâtir un programme de cessation tabagique. Ensemble, ils découvrent et apprivoisent les techniques de l'entretien motivationnel afin de les appliquer au domaine de la santé. L'approche, mise au point dans les années 1980 par deux psychologues, l'américain William R. Miller et le britannique Stephen Rollnick, colle parfaitement à la philosophie des soins de John Kayser et au programme de l'Institut. « L'entretien motivationnel s'appuie sur les forces du patient, pas pour lui enseigner, mais pour le soutenir dans son propre apprentissage. Il s'agit d'aider le client à trouver lui-même sa solution. C'est une démarche basée sur l'écoute, l'empathie et le respect de l'autonomie de la personne », explique-t-il. Elle peut être utilisée pour cesser de fumer, mais aussi pour modifier tout comportement qui nuit ou pourrait nuire à la santé, que ce soit la non-observance d'un traitement ou une mauvaise alimentation.

« Quand on soigne un être humain, ce qu'on veut ultimement, c'est favoriser un environnement pour qu'il trouve des solutions. C'est une façon de voir la pratique infirmière. »



© Marcel La Haye

Plus John Kayser approfondit cette approche relationnelle, plus il modifie ses interventions auprès de ses patients. « L'entrevue motivationnelle a changé ma façon de présenter le programme, les mots que j'utilise, ma façon de l'animer. Elle a raffiné ma pratique », constate l'infirmier. Il obtient d'ailleurs de meilleurs résultats avec ses patients. Devant ce succès, ses collègues le sollicitent pour qu'il leur montre la technique. Des formations qu'il donne souvent avec Jean-Marc Assaad, devenu psychologue. Cette collaboration se poursuit depuis quatorze ans par l'intermédiaire de PsyMontréal, un groupe de psychologues qui offrent des services de psychothérapie et de coaching au sein duquel John Kayser est consultant. Poursuivant ses travaux sur l'entrevue motivationnelle, John Kayser adhère

à un regroupement de formateurs appelé Motivational Interviewing Network of Trainers (MINT) qui enseigne la méthode dans 35 pays.

Il agit comme consultant en cessation tabagique auprès des communautés autochtones et devient formateur pour l'American Lung Association et l'Association pulmonaire du Québec. Il participe également à la rédaction d'articles scientifiques et de manuels de formation sur le thème du changement en matière de comportement de santé, ainsi qu'au guide de l'Ordre des infirmières et infirmiers, *Counseling en abandon du tabac – Orientations pour la pratique infirmière*.

Des poumons au cœur

L'enseignement incite John Kayser à aller plus loin. « Pour pouvoir donner une bonne formation, il faut être au fait des récentes publications scientifiques dans son domaine. La recherche faisait donc partie de ma pratique, explique-t-il. Elle m'aidait à donner de meilleurs soins et de meilleurs conseils. Mais j'avais mes propres idées de recherche. » L'infirmier craint toutefois de manquer d'outils. « J'ai senti le besoin de parfaire ma formation. Parce qu'il y a des façons de faire pour qu'une recherche soit valide et qu'elle ait un impact sur les pratiques. Je me suis donc inscrit à la maîtrise en sciences infirmières appliquées à l'Université McGill. »

Pendant deux ans, John Kayser met de côté sa pratique clinique pour se concentrer sur ses études. Ses recherches le mettent en contact avec des dizaines de futurs pères et de nouveaux papas désireux de cesser de fumer... au moment qui leur conviendrait. Ces échanges l'amènent à étudier comment l'autonomie peut être utilisée pour soutenir la motivation. « Mes recherches m'ont permis de valider des idées et de mieux comprendre les composantes d'une intervention efficace. En ce sens, elles m'aident à être plus convaincant et à avoir davantage confiance en moi comme clinicien », souligne-t-il.

L'infirmier a cependant eu peu de temps pour mettre ses recherches en application, car un an après son arrivée à l'Institut de Cardiologie de Montréal à titre de coordinateur de recherche clinique, il met de nouveau sa pratique en veilleuse. Cette fois pour s'inscrire au doctorat en sciences infirmières de l'Université de Montréal. C'était en 2011. Depuis, John Kayser travaille au développement d'une « infirmière virtuelle » pour inciter les patients à bouger à la suite d'un accident cardiovasculaire. Il ne veut pas pour l'instant donner plus de détails, mais indique que ses recherches sont en parfaite continuité avec son travail des dernières années. « Que ce soit le poumon ou le cœur qui est abimé, le patient reste le même. »

Bien qu'il soit actuellement plongé dans ses recherches, John Kayser a bien l'intention de revenir auprès des patients quand il aura décroché son diplôme. « Je n'aurais pas pu terminer ma maîtrise ou mon doctorat en étudiant à temps plein et en poursuivant ma pratique clinique. Je devais faire une pause, mais je ressens un besoin de voir des patients, précise-t-il. Entreprendre un doctorat, c'est tout un engagement pour moi et pour ma femme qui me tolère ! Il faut le soutien de sa famille quand on retourne aux études, sinon c'est encore plus difficile », conclut John Kayser. ■

Ils ont dit :

« Dès notre première rencontre, j'ai été impressionné par sa disponibilité et sa volonté d'aider un étranger. John est très généreux de son temps et c'est un enseignant exceptionnel. Il vit ce qu'il enseigne, c'est un motivateur qui travaille avec enthousiasme et bonne humeur. Il accorde beaucoup de valeur à l'excellence et il cherche à l'atteindre dans tout ce qu'il entreprend. Ça nous motive tous à toujours faire mieux. Il ne fait pas seulement un bon travail, il nous inspire. C'est un privilège pour moi de travailler avec lui. »

Jean-Marc Assaad, psychologue, PsyMontréal.

« John est quelqu'un de très réfléchi, un intellectuel qui a à cœur d'intégrer les connaissances qu'il acquiert par ses lectures dans sa pratique. C'est une de ses grandes forces. On voit aussi qu'il a gardé une mentalité du musicien : celle de travailler de façon constante pour améliorer sa pratique et élargir ses compétences. Comme un musicien qui répète ses gammes tous les jours, il travaille arduement pour devenir un expert dans son domaine. »

Danielle Beaucauge, infirmière-chef, Institut thoracique de Montréal.