Zeitschrift: Actio humana : l'aventure humaine
Herausgeber: La Croix-Rouge Suisse
Band: 99 (1990)
Heft: 2

Artikel: La reconversion d'un homme d'action
Autor: Christen, Richard
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-682363

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

LA RECONVERSION D'UN HOMME D'ACTION

En chinois, on écrit le mot «crise» en mêlant deux symboles, celui du danger et celui de la chance. Cette dualité traduit exactement ce que les psychologues contemporains ont appris en observant des individus ou des familles en proie à différents types de crises. Chaque crise, à la fois, provoque un choc – le danger – et lance un défi – la chance. Et la manière dont on l'affronte est déterminant pour lui trouver une issue.

ILLUSTRATION: CHRISTOPH LANGEMANN

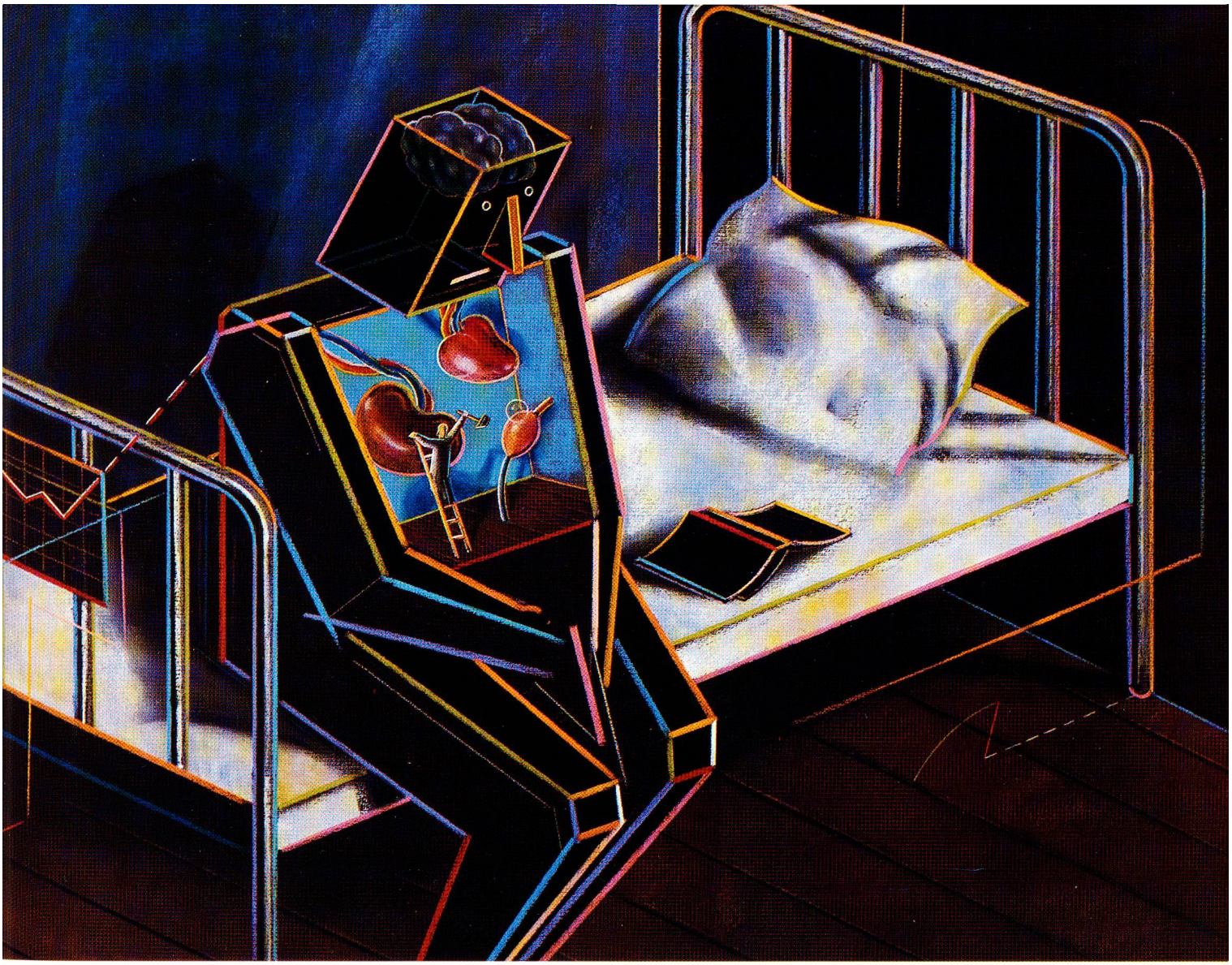
Dans la crise de Peter Muller, 41 ans, le danger fut le risque de perdre la vie; la chance, elle, resta d'abord «imperceptible» – comme il le dit lui-même – quand il se réveilla dans un lit d'hôpital, en 1988, après avoir été six jours dans le coma, et à deux doigts de mourir. Sur ce qui s'était passé avant, Muller se souvenait qu'il avait participé à une séance de travail à l'extérieur et qu'il était en train de retourner à son bureau, dans l'agence de publicité dont il était le directeur général; il se souvenait aussi qu'il était très perturbé par une querelle qui l'opposait à l'un de ses collègues de travail; il se souvenait, enfin, qu'il subissait un malaise croissant, dont les effets ressemblaient à ceux des migraines qu'il avait eu récemment. On a dit à Muller qu'il avait essayé, semble-t-il, de sortir de son bureau pour chercher de l'aide; quand sa secrétaire y était entrée, quelques minutes plus tard, elle l'avait en effet trouvé étendu par terre, inerte, près de la porte, un mince filet de sang coulant de son nez. Il avait eu une attaque cérébrale, la moins connue parmi les maladies les plus importantes bien qu'elle soit la troisième cause de décès après les affections cardiaques et le cancer.

On a souvent dit que le monde du travail est aujourd'hui à l'origine d'un stress considérable, et les habitudes de Muller le confirmaient. Il avait passé vingt ans à ne penser qu'à sa carrière, accumulant les signes extérieurs de la réussite. Après avoir fait des études de commerce – en un temps record –, il obtint son premier emploi et gravit bientôt tous les échelons de sa profession. Il avait choisi celle-ci parce qu'elle exigeait, sans cesse, d'être performant et de relever de nouveaux défis; cela lui plaisait. Muller était certes moins bien préparé à se mesurer aux stratèges et aux manipulateurs sans scrupules de la politique interne de l'entreprise, mais, comme il disait, «l'expérience est la meilleure manière d'apprendre». Après qu'il eut perdu les faveurs de ses employeurs et sa position à l'intérieur de la société – à cause des intrigues d'un collègue –, il quitta cette entreprise pour une autre, dans laquelle on lui demanda d'être encore plus performant. Cela lui convenait.

Entre-temps, il s'était marié, avait eu trois enfants qu'il ne voyait pas souvent, et acheté une résidence au bord de la mer où, travaillant sept jours sur sept, il n'allait que rarement. Toujours à cause de ses obligations professionnelles, il était systématiquement obligé de racourcir les vacances qu'il passait en famille. Mais il ne s'en plaignait pas; il se sentait bien. «Pour moi, la qualité de la vie ne se mesurait qu'en termes professionnels», avoue-t-il aujourd'hui. «Dans le monde de la publicité, on vous fait miroiter une illusion de richesse et de bonheur. Je vivais dans cette illusion.»

L'attaque cérébrale imposa à Muller un temps d'arrêt, ce dont il n'avait jamais bénéficié auparavant. Pendant cinq mois, il dut réapprendre à parler, à marcher, à manger; il dut réapprendre à vivre. Son attaque avait touché les deux hémisphères de son cerveau. Par chance, il s'en tira sans lésion permanente gravissime. «Quand, aux soins intensifs, j'ai peu à peu retrouvé mes esprits, mon premier réflexe a été de me lever et de retourner au bureau. Mais j'ai alors réalisé que j'avais un pied dans la tombe...» Quel que soit le type de crise, le danger est que les gens reprennent ensuite leurs habitudes. Beaucoup continuent de reproduire les attitudes qui ont été à l'origine de la crise. «De nos jours, 75 % des personnes estiment que le travail est le premier facteur de stress dans leur vie», remarque Reed Moscowitz, médecin à l'Unité d'étude du stress de l'Université de New York. «Et le problème, c'est qu'ils ne trouvent aucun moyen d'y échapper.»

Muller n'eut pas à attendre longtemps pour devoir penser à refaire sa vie. Son employeur le licencia après six semaines et ne lui fit aucune promesse quant à un éventuel réengagement. Mais dans l'intervalle, Muller avait pensé que, peut-être – juste peut-être –, il ne voudrait pas être réengagé. «Pendant l'année 1989, j'ai remis ma vie en question et



appris à connaître ma famille, en particulier mes filles.» Il passa quelque temps dans sa maison, à la mer, et apprit à faire de la voile avec son fils. Voir, pendant plusieurs mois, Muller immobilisé dans son lit – «sans défense, comme un nouveau-né» – fit aussi beaucoup d'effet sur tous ceux qui le connaissaient avant son attaque. Ils ne l'avaient jamais vu fragile, et lui-même ne s'était jamais senti aussi vulnérable et dépendant des autres. Condamné à l'humilité, il devait se servir de ses mains pour expliquer ce dont il avait besoin ou envie.

«Il aimait vraiment son travail», dit Michèle, sa femme. «Il était convaincu que rien de tel ne pouvait lui arriver, et j'en étais mois aussi convaincue.» Elle est aujourd'hui reconnaissante qu'ils aient survécu à cette crise et consciente qu'elle-même a dû se remettre en question et abandonner ses anciennes valeurs et l'image qu'elle se faisait de son mari. «Je suis passée par différentes phases. Au début, je m'en voulais à moi d'accepter la situation; puis j'en ai voulu au monde entier et, enfin, à Peter lui-même parce qu'il brisait ainsi les illusions sur lesquelles nous avions bâti notre vie.»

Muller travaille aujourd'hui dans une petite société de marketing qui organise des campagnes de promotion. Son travail est varié; ses collègues ne sont que des collègues, et pas des concurrents; et son salaire est nettement inférieur à ce qu'il avait jusque-là l'habitude de gagner. Un examen physique montrerait que les séquelles de son attaque sont une écriture tremblotante et une tendance à se fatiguer quand il doit faire un effort de concentration. Mais ce n'est pas en cela que l'accident de Peter Muller a changé son existence.

Après n'importe quel type de crise, les gens ont le choix de reconstruire ce qui a été détruit ou, comme l'a fait Muller, de changer les priorités dans leur vie: d'être capable de faire preuve de plus de maturité sur le plan émotionnel et de définir de nouvelles valeurs; de développer des talents inconnus; de vivre plus profondément les relations avec leurs proches. «J'étais toujours obsédé par l'idée de me fixer de nouveaux objectifs et de réaliser de nouveaux exploits. Pendant le temps où j'ai dû rester couché dans mon lit, j'ai compris que j'avais obtenu ce après quoi je ne cessais de courir et que j'étais en train de le perdre. Quand je me suis réveillé du coma, une nouvelle vie s'ouvrait devant moi. C'est le meilleure chose qui m'est jamais arrivée. Mon seul regret est de ne pas m'être réveillé plus tôt.» ■

RICHARD CHRISTEN

Après une attaque, quand on a retrouvé ses esprits, un réflexe courant est de vouloir reprendre le cours des événements où il s'est interrompu. Mais on galvauderait alors la chance que toutes les crises offrent.

ILLUSTRATION: ANDRZEJ DUDZINSKI