

« Gère tes émotions ! » : quelle implication pour quels soins ?

A l'hôpital, et singulièrement en psychiatrie, les soignants doivent « **gérer leurs émotions** » et **s'engager « ni trop, ni trop peu » dans la relation thérapeutique**. Cette injonction suggère qu'il serait périlleux et non professionnel de s'impliquer. Pourtant les capacités émotionnelles du soignant sont essentielles dans la relation thérapeutique.

En psychiatrie il faut souvent résister et tenir bon face à l'intensité des troubles émotionnels de certains patients, et s'il existe des émotions agréables à partager d'autres percutent les soignants. Souffrance, peur, colère, culpabilité, tristesse peuvent générer des contre-attitudes parfois délétères et impacter les décisions. **Comment différencier émotions, affects et sentiments ? Quelle est leur fonction ? Comment reconnaître ces éprouvés et faire en sorte qu'ils ne nuisent pas à la relation, au soin, au patient et au soignant lui-même ?**

Les émotions se déclinent en une infinité de nuances qu'il faut accepter d'abord de découvrir en soi. **Quelle alliance nouer avec un soignant qui verrouille ses affects ou à l'inverse absorbe les émotions des patients comme une éponge ? Que peut-il faire de ses ressentis et que lui apprennent-ils ? Comment partager ce travail émotionnel ?** En psychiatrie, différentes approches permettent de penser l'implication du soignant, parmi elles le développement de son intelligence émotionnelle. **Comment améliorer cette capacité à identifier ses propres émotions, à les exprimer de manière adaptée et à les utiliser au mieux ? Comment moduler ses émotions en fonction de chaque situation ? Quels dispositifs peuvent favoriser l'élaboration collective des émotions ?**

09H00 - 10H15

COMMENT LES ÉMOTIONS FAÇONNENT LA RELATION SOIGNANT-SOIGNÉ

TABLE RONDE

Au cœur du soin, les émotions constituent l'objet même du travail relationnel. Elles naissent de la rencontre avec l'autre en souffrance psychique, témoignent de la qualité du lien, offrent aux soignants « *une résonnance qui leur permet de raisonner* » (1). Elles associent plusieurs dimensions : psychiques, biologiques, culturelles et sociales, qui colorent le vécu émotionnel individuel et collectif.

Qu'est-ce qu'une émotion ? Comment nous permet-elle de nous adapter à l'environnement ? Comment la différencier d'un sentiment, d'un affect et d'une humeur ?

Dans la relation, le soignant est souvent « impliqué » dans un processus émotionnel qui le confronte à lui-même. Cette implication est d'une importance telle que certains auteurs parlent « d'utilisation thérapeutique de soi ». De quelle nature est cette implication ? Quelles en sont les limites ? Comment l'institution soignante peut-elle accompagner cet engagement ?

– Qu'est-ce qu'une émotion ?

Pr David Sander, Directeur du Centre suisse des sciences affectives (CISA Campus Biotech Université de Genève) et Directeur du Laboratoire d'étude de l'émotion et de l'expression des émotions Département de psychologie, Université de Genève.

– L'implication soignante : épanouissement ou épuisement ?

Christophe Pacific, cadre supérieur de santé, Dr en philosophie, coordonnateur de l'Espace éthique Tarn

(1) Anne Perraut Soliveres

10H15 - 10H45

PAUSE

Visite de l'exposition

10H45 - 12H15

QUAND LES ÉMOTIONS INFLUENCENT LES CHOIX CLINIQUES

TABLE RONDE

L'empathie suppose un véritable travail émotionnel. Mais accueillir ses émotions et en prendre acte ne va pas de soi. L'injonction faite aux soignants de les « gérer » voire de se « blinder » pour faire preuve de professionnalisme s'oppose au travail d'élaboration collectif nécessaire à la clinique. En quoi consiste le travail émotionnel si particulier des soignants ?

S'il faut apprendre à « gérer » ses émotions, c'est qu'elles peuvent parfois faire passer la clinique et l'éthique au second plan. Le soignant n'entend alors plus la détresse du patient et se perd dans des réactions qui suscitent culpabilité et rejet.

Ces manifestations de transfert et de contre-transfert peuvent être élaborées grâce à un travail d'écoute et de régulation. Comment se décaler du symptôme et de ce qu'il suscite en nous ? Comment contenir les émotions négatives ? Comment accueillir les émotions du patient sans perdre pied ? Quelle place pour les analyses de pratique ?

– **Porter attention à « la vulnérabilité du monde intérieur » du soignant**

Slimane Zerrouk, infirmier Unité pour malades difficiles (UMD), CH du Vinatier, DU de criminologie clinique

– **Le travail émotionnel des soignants (fatigue émotionnelle climat émotionnel, dimension collective du travail émotionnel, partage social émotionnel)**

Marc Lorient, sociologue et chercheur au CNRS

– **Rencontre émotionnelle, transfert et identification projective**

Prof. Philippe Rey-Bellet, directeur médical et Raymond

*Panchaud, PhD, directeur des soins Fondation de Nant / Corsier-sur-
Vevey / Suisse*

13H00 - 13H45

PAUSE DÉJEUNER



Déjeuner (lunch box)

Visite de l'exposition

13H45 - 15H15

S'APPUYER SUR LES ÉMOTIONS POUR SOIGNER

TABLE RONDE

Si on sait accueillir les émotions, elles mobilisent alors des savoirs qui peuvent être travaillés et enrichis. L'intelligence émotionnelle permet ainsi de les reconnaître, de les comprendre, de les accepter, de les exprimer et de les utiliser. Comment cultiver son intelligence émotionnelle et la déployer dans les soins ? Différents réponses sont possibles :

– Avec la remédiation cognitive, le soignant peut « utiliser » ses propres émotions pour accompagner et favoriser le rétablissement des patients qui souffrent de troubles de la cognition sociale et décodent mal les émotions d'autrui.

– Les activités de médiation permettent également de jouer avec les émotions, de « faire comme si », de les apprivoiser. Transformés, ces ressentis deviennent acceptables et partageables. Ces émotions vécues au sein d'un groupe reposent sur la plasticité psychique du soignant, et sa capacité à partager ses émotions. Comment s'y autoriser ? Sur quelle part de soi s'appuyer ? Comment s'y prendre ?

– **Radio Pinpon, un « incubateur de confiance »...**

Eric Lotterie, infirmier animateur de la webradio thérapeutique Radio Pinpon, hôpital de Niort

– **Compétence et intelligence émotionnelle**

Marcello Mortillaro, Ph.D., est psychologue, chercheur et responsable de la recherche appliquée au sein du Centre interfacultaire en sciences affectives de l'Université de Genève.

– **Quand la remédiation cognitive fait des émotions un sujet de partage et de rencontre...**

Baptiste Gaudelus, infirmier en pratique avancée en santé mentale et psychiatrie, Master sciences cliniques infirmières, CH le vinatier,

15H15 - 15H45

PAUSE

Visite de l'exposition

15H45 - 16H45

COMMENT VIVRE SES ÉMOTIONS SANS SE LAISSER SUBMERGER ?

TABLE RONDE

Le réel des soins oblige parfois le professionnel à flirter avec ses limites émotionnelles. Comment alléger cette charge ? A-t-il suffisamment de disponibilité pour le faire ?

Le soignant peut se focaliser sur la situation et la façon dont il la vit dans son corps. Le focusing met ainsi l'accent sur l'expérience vécue et ses significations.

Parfois, comme lors de la pandémie de Covid-19, les approches classiques de gestion du stress s'avèrent insuffisantes. Il faut alors faire preuve d'imagination et proposer un soutien de proximité calé sur le rythme de l'équipe soignante. Etre là pour accompagner les émotions au moment opportun, jusque dans les couloirs des unités de soin...

– **L'émotion à la lumière du focusing**

Bernadette Lamboy, docteure en psychologie et directrice de l'Institut de Focusing d'Europe Francophone

– Dire ses émotions au cœur de la tempête grâce aux « écoutes de couloir »

Jérémy Rey, psychologue, coordinateur CUMP 68, Consultation du Psychotraumatisme – CH Rouffach, Hervé Fuetterer, psychologue, coordinateur Unité de Ressources et de Soutien aux Professionnels, Formateur IFMS, Pôle de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent – GHRMSA et un infirmier

Inscription en ligne :

<https://rencontressoignantesenpsychiatrie.fr/inscription/>