



# Palliative FLASH <sup>©</sup>

Soins palliatifs au quotidien

## LES TRANSACTIONS EMPATHIQUES

### Quiz

1. L'empathie c'est ?
  - a. Une faculté intuitive de se mettre à la place d'autrui, de percevoir ce qu'il ressent.
  - b. La capacité à ressentir les émotions de quelqu'un d'autre, arriver à se mettre à la place d'autrui. L'empathie cognitive consiste à comprendre les idées d'un autre et l'empathie émotionnelle à partager ses sentiments.
  - c. La sympathie.
  
2. La transaction empathique ne veut pas dire ...
  - a. Être d'accord avec tout ce que dit le patient.
  - b. Favoriser la confrontation.
  - c. Une ambiance douce, chaleureuse, hors réalité.
  
3. Les relations à la base de l'alliance thérapeutique sont :
  - a. De civilité, fonctionnelle, de confiance.
  - b. De civilité, de confiance, d'aide.
  - c. De civilité, fonctionnelle, de confiance, d'aide.

Quelques pistes pour développer son empathie au quotidien et prendre soin de soi et de l'autre dans la relation :

- Identifier en soi l'émotion dominante, le sentiment et le ressenti du moment. S'interroger sur le besoin que cela indique et comment y répondre.
- Identifier chez soi les apriori ou préjugés récurrents pour les explorer en travail thérapeutique (relation d'aide, psychothérapie).
- Noter les activités qui vous ressourcent et celles que vous pratiquez régulièrement
- Prendre soin de sa spiritualité.

Pour la lecture deux ouvrages

- FAMERY Sarach *L'empathie : l'art d'être en relation*, Editions Eyrolles, juin 2014
- De SAINT CYR XAVIER CORNETTE *L'empathie, un chemin vers la bienveillance : Développer son intelligence relationnelle*, Poche 7 février 2017

#### Références :

1. Manuel de médecine palliative. H. Neuenschwander, C. Cina, S. Pautex, Hogrefe, Berne; 2017.
2. Alliance thérapeutique comme instrument de soins. M. Phaneuf, [www.prendresoin.org](http://www.prendresoin.org); 2016.
3. *Analyse Transactionnelle: Une perspective relationnelle*. Helena Hargaden, Charlotte Sills, Editions AT 2006.
4. *50 exercices pour développer son empathie*, Philippe Lebreton (Auteur), Patricia du Sorbier (Auteur) Poche 16 janvier 2014

G. Spring; Y. Gremion  
Relecteur Prof.GD Borasio, Service de soins palliatifs CHUV

#### Comité de rédaction :

Prof. GD Borasio, Service soins palliatifs CHUV  
V. Champier, Service soins palliatifs CHUV  
Y. Gremion, EMSP Voltigo, Fribourg  
F. Lurati-Ruiz, EMSP RSHL  
D. Neves, Hôpitaux universitaires Genève  
J. Pralong, Fondation Rive-Neuve  
T. Puig, Home Mon Repos, La Neuveville  
C. Schmidhauser, palliative vaud  
G. Spring, Aumônerie CHUV  
A. Vacanti-Robert, Réseau santé Valais

#### 1. Réponses Quiz p 1 :

1. a et b
2. a et c
3. c

#### Informations et ressources en soins palliatifs pour les différents cantons romands

VAUD : <http://www.palliativevaud.ch>  
 GENEVE : <http://www.palliativegeneve.ch/>  
 FRIBOURG : <http://www.palliative-fr.ch/fr>  
 VALAIS : <http://www.palliative-vs.ch/>  
 Arc Jurassien (BE JU NE) : <http://www.palliativebejune.ch/accueil/>

Veuillez plier le long de cette ligne

palliative vaud

E-mail coordination : [corinne.schmidhauser@palliativevaud.ch](mailto:corinne.schmidhauser@palliativevaud.ch)

Les Palliative Flash sont accessibles sur : <http://www.palliativevaud.ch/professionnels/documentation>

## LES TRANSACTIONS EMPATHIQUES

**Introduction.** Dans notre société du 24 heures sur 24, tout va vite, tout va trop vite. Nous espérons gagner du temps et tout compte fait nous en perdons.

Quand, dans le grand sablier de la vie, les grains se raréfient en raison d'une maladie grave à un stade avancé, l'approche palliative donne une chance de ralentir le temps qui reste à vivre et lui confère de ce fait une certaine qualité.

Une des forces principales des soins palliatifs est le temps. Prendre soin signifie aussi donner quelque chose à quelqu'un, quelque chose dont il manque et que nous avons. **LE TEMPS...**

Cet espace-temps, inévitablement, réveille en nous de nombreuses émotions. Il ne s'agit pas de les combattre, de les condamner, mais d'en devenir progressivement conscients, de les accueillir en reconnaissant notre propre vulnérabilité.

Les valeurs des personnes en situation palliative, vivant un dépouillement progressif de leurs identités professionnelle, familiale, personnelle, changent : ce qui apparaissait si important autrefois est aujourd'hui sans valeur ou presque. Vivre une relation chaleureuse avec l'entourage devient souvent prioritaire. Dans ce contexte si particulier où les jours sont comptés, les relations empathiques s'habillent d'une nouvelle intensité.

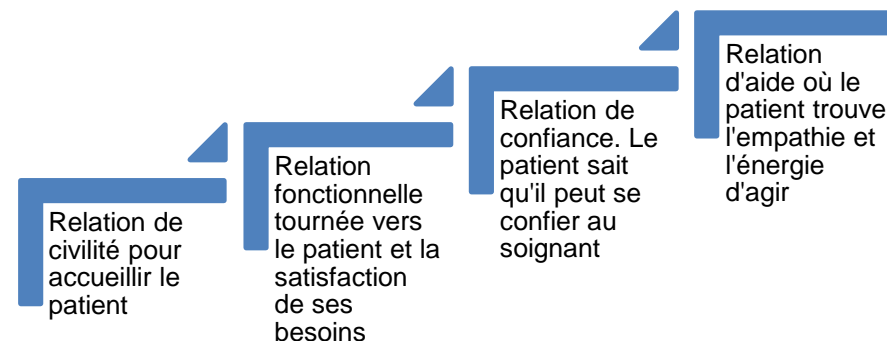
**L'alliance thérapeutique et la transaction empathique, quel lien ?** L'alliance thérapeutique prend racine dans les écrits de Freund et représente un des concepts centraux en psychologie.

Utilisé et développé en soins infirmiers et en médecine, ce thème de l'alliance est devenu l'objet d'études plus fréquentes dans le but d'améliorer la manière de communiquer entre le soignant et le patient et de favoriser une co-construction du projet thérapeutique.

Dans une étude émerge, entre autre, une observation commune qui est la **confiance** et la **considération mutuelle** soignant patient, dans une autre étude, pour favoriser la qualité de la communication, le patient devient partie prenante à aider les étudiants en médecine à se perfectionner dans ce domaine.

12  
Veuillez plier le long de cette ligne

Les relations à la base de l'alliance thérapeutique :



Pour renforcer cette étape d'empathie on trouve dans la théorie de l'analyse transactionnelle un concept qui se nomme la transaction empathique. (Voir référence 3, page 4)

Celle-ci se décrit comme : une expression de compréhension pour le vécu de la personne et la confirmation qu'elle s'est sentie comprise.

Le lien d'empathie peut permettre au patient de se sentir suffisamment en sécurité à un niveau « non pensé » pour réactiver des besoins non satisfaits, inhérents à son développement, et des besoins qui avaient été étouffés jusque-là.

Pour que le patient puisse se sentir suffisamment en sécurité et expérimenter cela, il doit avoir profondément confiance en la capacité de l'écouter à comprendre ses états émotionnels les plus profonds.

Au fur et à mesure que la relation s'approfondit, l'écouter aura recours à des transactions empathiques plus élaborées.



Une question pour l'ancrage de ce thème dans votre pratique...

Dans votre pratique professionnelle et relationnelle, et en pensant à ces dernières semaines, qu'elle a été votre expérience de transaction empathique soutenant comme écouter et comme écouté...