



Accueil des émotions et réanimation

1 jours 1,50 heures

Programme de formation

Public visé

Personnel soignant du CHU de Nantes, service de réanimation

Description / Contenu

Comment accompagner la colère (et l'agressivité), la peur et la tristesse dans le contexte d'un service de réanimation ?

Définition

- L'émotion est relationnelle.
- C'est dans un contexte relationnel que l'émotion émerge.
- Exemple de la colère : elle apparaît quand une valeur personnelle (la justice, l'intégrité) est blessée par l'action ou le propos d'un tiers.

Les émotions dans une logique relationnelle, donc « travaillable »

- **La colère** : blessure en rapport avec une valeur importante (justice)
- **La tristesse** : blessure par rapport à une personne importante

(quand c'est une chose, cela interroge la relation à cette chose... exemple : ma voiture cassée)

- **La peur** : blessure dans la relation à soi (protection).
- **La joie** : épanouissement (inverse de blessure) dans les liens au monde et à l'autre.

Fonction de l'émotion, l'intentionnalité ?

- L'émotion vient signaler que le sujet est touché par quelque chose d'important.
- S'il était indifférent, de fait, il n'aurait pas d'émotion.
- Donc : défendre une valeur, une personne qui a été abimée ou blessée. Exemples : tristesse et perte d'un être cher ; colère et injustice ; peur et avion (perte de liberté).

Exemple de la colère:

- Ce à quoi la colère dit non ?
- Ce à quoi la colère dit oui ?

Exemple de la tristesse:

- Renouer avec la partie vivante de la relation à une personne ou à un objet.
- Le jouet cassé rend triste l'enfant car le même jouet en bon état réalisait le plaisir et la joie de l'utiliser.
- Tendance à « l'anthropomorphisation » des objets. (la voiture chez certain).

Quelles sont les réactions habituelles quand le sujet traverse une émotion ?

- Parfois : la lutte
- Évitement / contrôle.
- Processus : dissociation.

Quelles sont les réactions habituelles des autres vis-à-vis de quelqu'un dans l'émotion ?

Les réactions « classiques »

- Contre attaque (combat)
- Fuite (évitement de la relation)
- Figement

AREPTA 5 rue Roland Garros, 44700 Orvault France

Tél : 0614357775 - Fax :- Email : secretariat.arepta@gmail.com - SIRET : 412 961 039 00069

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 52440291344 auprès du préfet de Loire Atlantique



Quels effets ces réactions ont dans la relation ?

- Contre attaque : combat, rapport de force, maltraitance.
- Fuite : évitement de la relation, abandon.
- Figement : évitement, incompréhension.

Cas particulier de la rationalisation.

- Justification : « ce que je veux te dire c'est... », « je ne suis pas d'accord... »
- Relativisation : « il n'y a pas de raison de se mettre dans un état pareil » (tristesse / peur / colère)
- « c'est pas grave » (tristesse / peur / colère)
- « calmez-vous »
- Etc.

Action alternative (non « réactive ») :

- Accueillir les émotions
- Percevoir l'intention derrière la manifestation émotionnelle.
- Exprimer une réponse en peu de mots.
- Reconnaître l'intention derrière la manifestation de l'émotion : reconnaissance de la blessure
- Nommer l'émotion si possible (mais comment) ?
- Adaptation corporelle : se protéger face à la colère ; reconforter ou partager face à la tristesse ; rassurer face à la peur
- Se décaler.