



SYLLABUS DU COURS **ACCOMPAGNER ET SOUTENIR LA VIE...** **UN CHEMIN DE SOI VERS L'AUTRE**

VOLET 7

Quand la fatigue de compassion s'invite en soins palliatifs : reconnaître, s'outiller, prévenir

Formation de 4h destinée aux :

- Chercheur·euse·s et étudiant·e·s des domaines de la santé et des sciences humaines
- Infirmier·ère·s
- Professionnel·le·s de la santé œuvrant en soins palliatifs (médecine, pharmacie)
- Intervenant·e·s psycho-sociaux·ales
- Intervenant·e·s en soins spirituels
- Gestionnaires en milieux de soins
- Bénévoles impliqué·e·s en soins palliatifs
- Autres

La pratique des soins palliatifs exige une présence humaine profonde auprès de personnes confrontées à la souffrance, à la perte et à la fin de vie. Si cette proximité constitue le cœur même de l'accompagnement, elle peut également exposer les intervenants à une charge émotionnelle importante. Au fil du temps, cette mobilisation soutenue de l'empathie peut fragiliser l'équilibre personnel et professionnel et favoriser l'émergence de la fatigue de compassion – un phénomène complexe pouvant se manifester par de l'épuisement, un sentiment d'impuissance, une diminution de la disponibilité émotionnelle, voire une forme de désillusion face au soin.

Cette formation propose une réflexion sur les répercussions du travail relationnel en contexte palliatif et sur les façons de préserver une présence soignante authentique sans s'y perdre soi-même. J'y aborderai la fatigue de compassion en la distinguant de phénomènes connexes, tels que l'épuisement professionnel et le trauma vicariant, afin de mieux en reconnaître les manifestations, les facteurs de risque et les impacts possibles sur la pratique clinique, les relations interprofessionnelles et le bien-être des équipes.

Dans une perspective à la fois réflexive et concrète, cette formation visera à outiller les participants pour mieux comprendre leur propre expérience, repérer les signes de vulnérabilité et identifier des stratégies de protection individuelles et collectives. Je présenterai également certaines initiatives développées au sein de La Maison Victor-Gadbois – notamment l'évaluation mensuelle de la qualité de vie professionnelle, des activités socioculturelles et des espaces de formation et d'échange – qui contribuent à

soutenir la cohésion d'équipe, à nourrir la reconnaissance mutuelle et à favoriser un environnement de travail plus sain, plus solidaire et plus durable.

Au-delà d'une réflexion sur les risques liés à l'accompagnement, cette formation se veut une invitation à repenser collectivement les conditions qui permettent de prendre soin avec humanité, tout en prenant aussi soin de celles et ceux qui soignent.

BUT

Mieux comprendre la fatigue de compassion en soins palliatifs afin d'en reconnaître les manifestations, de la distinguer d'autres phénomènes et de développer des stratégies individuelles et collectives visant à préserver le bien-être ainsi que la capacité d'empathie en contexte de soins.

OBJECTIFS

- Distinguer la compassion de l'empathie et de la sympathie
- Différencier les notions de fatigue de compassion (FC), d'épuisement professionnel (EP) et de traumatisme vicariant (TV)
- Savoir reconnaître les manifestations de la fatigue de compassion ainsi que les facteurs qui peuvent l'atténuer ou l'aggraver
- Encourager une réflexion personnelle sur son vécu face à la problématique
- Examiner différentes stratégies pour prévenir la fatigue de compassion