



**La fatigue de compassion  
dans notre région :  
prévenir et traiter**

**K. Tzartzas**

**Développer l'auto-  
compassion en tant que  
psychothérapeute**

**M. Tronje et D. Cassidy**

**Organisation**

**G. Ambresin et D. Dunker  
Scheuner**

---

**07 juillet 2022**

Les psychothérapeutes sont généralement censés faire preuve de compassion et d'empathie lorsqu'ils s'engagent auprès de personnes souffrants de troubles psychiques complexes. La compassion est, selon P. Gilbert, une profonde conscience de la souffrance de soi-même et des autres, couplée au désir et à l'effort d'y remédier. Cette compassion demande une immense qualité de présence pour rester profondément engagé envers son patient, qualité essentielle à la construction et au maintien de l'alliance thérapeutique, élément si important dans tout axe psychothérapeutique.

Les psychothérapeutes s'intéressent à la souffrance et aux ressources de leurs patients, et s'approchent de leur souffrance pour les aider à y faire face, même si cela peut leur imposer un certain fardeau. Les effets négatifs, psychologiques et physiques, résultant d'un tel engagement empathique et compatissant sont dénommés "fatigue compassionnelle". Les psychothérapeutes touchés par la « fatigue compassionnelle » pourraient éprouver plus de difficultés à rester empathiques envers l'autre, ainsi qu'à cultiver cette qualité de présence. L'auto-compassion permet au psychothérapeute de rester présent et engagé lorsqu'il est en difficulté face à un patient, ou qu'il se sent inadéquat ou éprouve un sentiment d'impuissance ou échec, comme de nombreuses études récentes l'ont mis en évidence.

Cet atelier apportera tout d'abord un regard local sur la fatigue compassionnelle chez les soignants, puis introduira la vision de la compassion et l'auto compassion proposée par la TFC (Thérapie fondée sur la compassion, Prof. Paul Gilbert). Comme la qualité de présence et l'auto-compassion doivent être expérimentées pour être véritablement comprises, cet atelier sera largement expérientiel. Des exercices de méditation en pleine conscience, ainsi que d'autres exercices issus de la TFC seront proposés, tout comme des questionnaires distribués au préalable

**Konstantinos Tzartzas**, psychiatre-psychothérapeute, exerce en cabinet privé et à l'Unisanté à Lausanne, où il travaille en psychiatrie de liaison aux soins de 1er recours. Il s'intéresse à l'identité professionnelle du médecin, son vécu lié à son métier et son expérience relationnelle avec les patients.

**Malin Tronje**, psychologue spécialiste fédérale en psychothérapie, exerce en cabinet privé après avoir travaillé des nombreuses années à la Clinique la Métairie ainsi qu'aux HUG. Elle a une longue expérience en Compassion focused therapy (CFT), approche développée par Paul Gilbert, et est très active dans sa diffusion.

**Dominique Cassidy** est psychiatre FMH ainsi qu'enseignante de méditation et de yoga. Elle travaille en cabinet privé et anime des ateliers de prévention du burnout en se basant sur des approches corporelles et méditatives.

# ATELIER-CONFÉRENCE: FATIGUE DE COMPASSION ET AUTO-COMPASSION DU PSYCHOTHÉRAPEUTE

<b>Date :</b>	Jeudi 7 juillet 2022
<b>Horaire :</b>	14h00 à 18h00
<b>Lieu :</b>	Site de Cery - Auditoire Christian Muller Rte de Cery, 1008 Prilly Tél. +41 21 314 91 13
<b>Transports :</b>	LEB, arrêt Cery-Fleur de Lys  Bus 33 ou 4 des TL, arrêt Coudraie. Le site de Cery se trouve à environ 15 minutes à pieds
<b>Prix</b>	CHF 60.- pour les collaborateurs du CHUV; CHF 120.- pour les personnes externes. L'atelier n'aura lieu que s'il y a un nombre suffisant d'inscriptions. L'inscription n'est considérée comme définitive qu'après le versement.
<b>Inscription</b>	Mélanie Aubert, secrétariat UECT, DP-CHUV, Site de Cery, Bâtiment des Cèdres, 1008 Prilly Tél. 021 314 05 86 E-mail : <a href="mailto:Melanie.Aubert@chuv.ch">Melanie.Aubert@chuv.ch</a> Délai d'inscription : <b>01 juin 2022*</b>
<b>Public</b>	Psychiatres ou psychologues-psychothérapeutes (formés ou en formation) ou professionnels de santé intéressés par cette thématique.
<b>Crédits</b>	5 crédits ISFM/OFSP. Une attestation de participation sera délivrée à la fin de l'atelier.

L'atelier est prévu uniquement en présentiel.

## Bulletin d'inscription :

Je souhaite m'inscrire à l'atelier « Fatigue de compassion et auto-compassion du psychothérapeute »

Nom et Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Téléphone: \_\_\_\_\_

Je suis collaborateur du CHUV (CHF 60.-)

Je ne suis pas collaborateur du CHUV (CHF 120.-)

Merci d'avance d'envoyer ce document scanné par mail ou par fax +41 21 314 91 13