

I. LE/LA PSYCHOTHERAPEUTE QUI RESONNE : APPREHENSION SYSTEMIQUE DE LA FATIGUE DE COMPASSION ET DU TRAUMA VICARIANT

Nathalie BENNOUN

Psychologue spécialiste en psychothérapie FSP, Lausanne

Sandra MAZAIRA

Psychologue spéc. en psychothérapie FSP, superviseure EMDR-Europe, vice-Présidente pour la Suisse de l'Association Francophone du Trauma et de la Dissociation

Que nous reste-t-il de ce qui a résonné en nous ? Que faire de cette émotionnalité lorsque nous la sentons encore nous habiter après la séance, une fois de retour chez nous, en nous ?

En tant que systémicien.nes, nous prenons en considération nos résonances pour élaborer le vécu de l'autre, pour créer un système encadrant, pour les réutiliser au profit de la sortie de l'homéostasie.

Cela nous demande de nous laisser résonner avec le vécu de souffrance, de l'accueillir en nous, puisqu'en tant que thérapeute nous faisons partie du système. Cela implique que derrière nos connaissances professionnelles, c'est notre propre personne qui est mobilisée : nos expériences, nos ressentis, notre système d'attachement, nos valeurs.

Le cumul de situations professionnelles dans lesquelles nous sommes en empathie avec la souffrance de l'autre peut déboucher sur de l'épuisement psychique et physique, une sensation d'indisponibilité pour nos patient.es et par-dessus tout, une modification intime de nos croyances fondamentales en un monde qui peut avoir du sens, être bienveillant et dans lequel nous pouvons nous sentir avoir de la valeur. Au risque d'ébranler notre vocation de soignant.e.

Cette formation théorico-pratique et expérientielle vise à explorer l'impact de la résonance sur le Soi du/de la thérapeute, afin de lui permettre de trouver la juste distance et une posture adéquate. Tout d'abord en conceptualisant la fatigue de compassion et le traumatisme vicariant comme traumatismes du lien, de la capacité d'empathie et de la volonté de soigner. Plusieurs modèles de compréhension seront visités. Ensuite, en expérimentant plusieurs outils et grilles d'analyse issus de la systémique, de l'appréhension du non-verbal et de la psychotraumatologie, nous serons invité.es à l'autoréflexivité sur nos pratiques, et sur nos propres ressentis. La troisième journée permettra un retour de l'effet de ces outils sur l'éprouvé de la clinique, et se concentrera sur le soin des vécus difficiles de situations cliniques déjà existantes.

La formation aura lieu à l'UE-CEF sur le Site de Cery, les :

- **Vendredis 29 mai et 5 juin 2026 (9h00-17h00)**
- Les frais de participation s'élèvent à Frs 410.- repas de midi compris (réduction de 50 % pour les collaborateurs du DP-CHUV, repas non compris) (en cas de désistement se référer au point 2. des informations à la fin de la brochure)
- Inscription auprès du secrétariat de l'UE-CEF : melanie.aubert@chuv.ch