



# Compassion: Un message important pour tous

Prof Philip J Larkin PhD RN,  
Directeur académique, IUFRS, FBM Université de Lausanne  
Chaire de soins palliatifs infirmiers  
Service de soins palliatifs et de support  
Centre hospitalier universitaire vaudois



## Questions critiques

- Qu'entendons-nous par la compassion?
- Compassion: important pour qui?
- Compassion: Pourquoi est-ce important dans la prise en charge des personnes en fin de vie?



## QUE SIGNIFIE « COMPASSION » POUR VOUS?

Quelle est l'expérience de la compassion dans votre vie?

Avez-vous éprouvé un manque de compassion envers vous-même ou envers les autres?



## La compassion est un phénomène mondial



الرحمة  
الرحمة  
الرحمة



## Qu'entendons-nous par la compassion?



## Definitions classiques

Empathie	Compassion
Capacité à ressentir les émotions d'autrui	Capacité à ressentir la souffrance d'autrui
Empathie = capacité à ressentir les émotions d'autrui	Compassion = capacité à ressentir la souffrance d'autrui

**La Compassion** -du latin «Com» (avec) et «Pati» (souffrir)

**L'empathie** - dérive du grec « empatheia » (passion) et « pathos » (sentiment). La capacité générale de résonner avec d'autres états émotionnels

**'Empathic distress'** -une réponse forte, orientée vers l'auto-protection contre la souffrance d'autrui



## L'empathie

- “ une conscience accrue de l'expérience d'une autre personne en tant que **chose à comprendre mais pas nécessairement à souffrir**. Il s'agit donc d'une prise de conscience de l'expérience d'une autre personne, **mais n'entraîne pas l'intention de soulager la souffrance ni les compétences nécessaires pour le faire**.

### • Le cle de compassion



Vachon, M.L.S., & Harris, D.L. (2016) The liberating capacity of compassion. In D. Harris & T. Bordere (eds.), Handbook of social justice in loss and grief: Exploring diversity, equity, and inclusion (pp. 265-281). New York: Routledge.

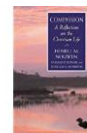


## Beaucoup de définitions



*Compassion asks us to go where it hurts, to enter into places of pain, to share in brokenness, fear confusion and anguish... **La compassion signifie l'immersion totale dans la condition d'être humain.***

Henri J. M. Nouwen, Donald P McNeill Douglas A Morrison. *Compassion: a reflection on the Christian life*. Revised Edition 2006. Image.



## La compassion en réponse à la souffrance



- La souffrance ne peut être traitée que si elle est reconnue
- Avoir le courage de poser des questions difficiles même et aux autres
- Avoir la force d'attendre ( et entendre) la réponse



## La compassion: important pour qui?



# Que signifie la compassion dans votre culture?



La nécessité de comprendre le concept de souffrance

La nécessité de dialoguer sur des questions de traitement ou pas

La nécessité d'apprécier la pertinence du choix et de la prise de décision éthique

La nécessité de réfléchir sur la place et le but de la technologie du point de vue professionnel

## Pourquoi est-ce important pour la pratique clinique?

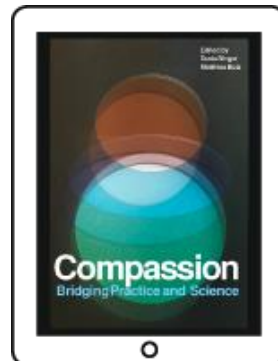


## Et si la compassion échoue...



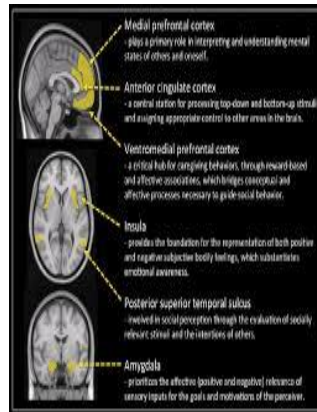
## La compassion a-t-elle une base scientifique?

<http://www.compassion-training.org/>



# L'empathie, la compassion et la neuroscience

- Les réseaux neuronaux d'empathie et de compassion sont les mêmes
- Les 'neurones miroirs'



## Qu'est-ce que ça veut dire?

- Lorsque je me tape le pouce avec un marteau et que vous en êtes témoin, le même chemin neural est stimulé en même temps chez nous deux.





## La compassion pour tous



- «Les adeptes» et «les novices». (*meditation-naïve*)
- *Compassion meditation* avec le neuroimagerie des deux groupes.
- Augmentation de l'activité positive du réseau neuronal



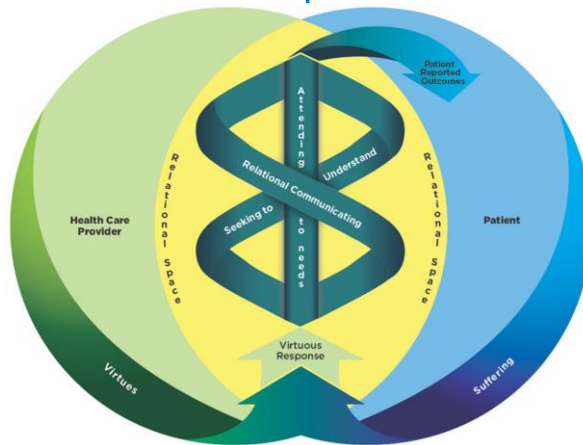
## Message clé



- Il semble exister un mécanisme neuronal qui explique pourquoi et comment nous partageons nos sentiments avec les autres, (mais des recherches supplémentaires sont nécessaires).



# Un modèle pour comprendre la compassion

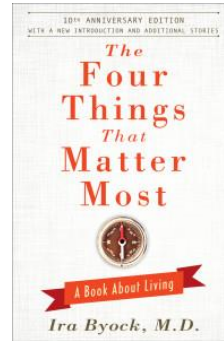


Compassion: Pourquoi est-ce important dans la prise en charge des personnes en fin de vie?





‘S’il te plaît, pardonne-moi’  
‘Je te pardonne’  
‘Merci’  
‘Je t’aime’



## La reconstruction de vies qui ne seront plus jamais les mêmes



# Apprendre à parler avec compassion



*In order to have  
compassion for others,  
we need to have  
compassion for  
ourselves'*  
Pema Chödrön

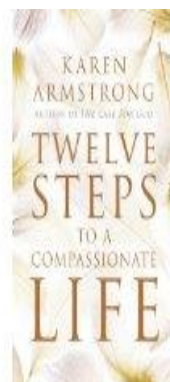


## Écoutez votre 'intuition'



## '12 étapes'

- En savoir plus sur la compassion
- Regardez votre propre monde
- La compassion pour vous-même
- L'empathie
- Pleine conscience
- Faire quelque chose!
- Humilité
- Comment on se parle
- Souci de tous
- Connaissance
- Reconnaissance
- Aimez vos ennemis – externe *et* interne





'You are the difference you make'  
'*Vous êtes la différence*'  
Henri Nouwen'



## Schwartz Centre for Compassionate Healthcare® ([www.theschwartzcenter.org](http://www.theschwartzcenter.org)).

- Kenneth Schwartz, médecin, cancer du poumon en phase terminale
- Aider le personnel de santé à dispenser des soins empreints de compassion en les aidant à **réfléchir à leur travail**.
- **Réunions mensuelles de groupe** pour discuter des défis émotionnels, sociaux et éthiques des soins dans l'environnement clinique.
- '*Chercher les petits actes de gentillesse*' ( Schwartz)





## Une dernière pensée

*'Ar scáth a chéile a Mhairimíd'*  
*Nous vivons à l'ombre les uns des autres*



## Merci beaucoup pour votre attention

*Trouvez la  
compassion en vous  
pour pouvoir la  
trouver chez les  
autres*

