



# Soignants et émotions au travail: Comment vivons-nous avec nos émotions?

Laura Guilhem



DIU Soigner les soignants

Promotion 2021-2022  
Soutenance du 25/11/2022

# Les émotions ...

- ont une fonction
- sont notre boussole vis-à-vis de nos besoins



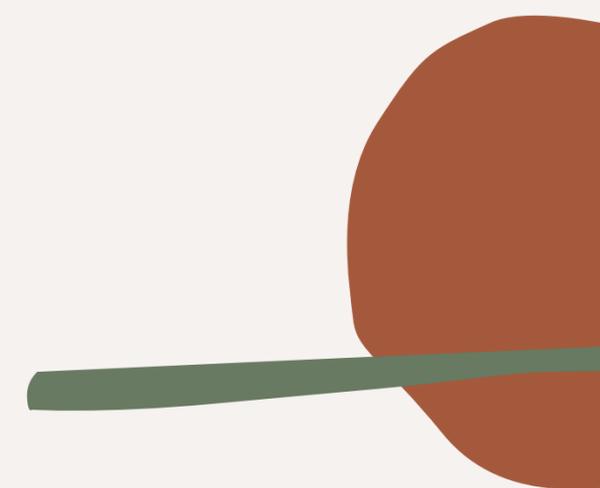
Réguler ses émotions, c'est ...

① *Ressentir*

② *Identifier*

③ *Accepter*

④ *Exprimer*



# Soignants et émotions

Charge émotionnelle ++

Attentes

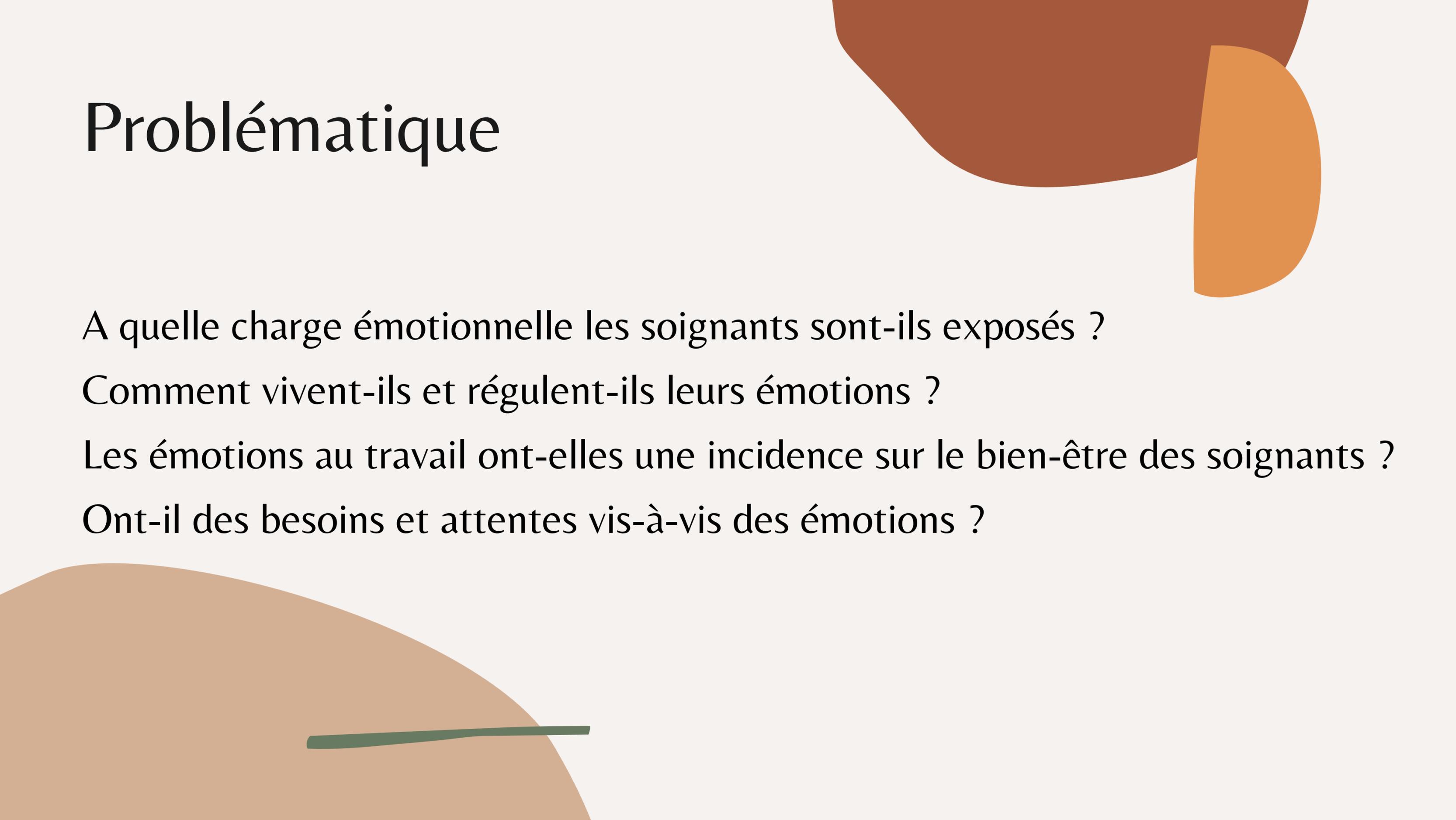


Stratégies

Mécanismes de défense

Travail émotionnel

# Problématique



A quelle charge émotionnelle les soignants sont-ils exposés ?

Comment vivent-ils et régulent-ils leurs émotions ?

Les émotions au travail ont-elles une incidence sur le bien-être des soignants ?

Ont-ils des besoins et attentes vis-à-vis des émotions ?

# Travail de recherche

96,4% de femmes

Questionnaire



Quantitatif

Para-médicaux

59,7% d'infirmier(e)s

33,5% d'aide-soignant(e)s

1018 participants

# Résultats

- Une forte charge émotionnelle ...  
... qui peut avoir un impact sur la vie professionnelle et personnelle du soignant
- Des mécanismes de défense et des stratégies de régulation des émotions
- Des besoins et attentes vis-à-vis des émotions au travail
- C'est parfois difficile d'accepter ses émotions ...  
... ou de les exprimer

# Mon vécu

- Emotions désagréables
  - Besoins mis à mal
  - Position de réceptacle
  - Impuissance
  - Echo personnel et réflexion
- 

# Mais alors, que proposer ?

- La présence de psychologues pour les soignants au CHU ?
- Des groupes de parole
- Ressources: Trousse de secours
- Supports (psychoéducation ++)
  - Quel travail à effectuer auprès des politiques institutionnelles ?
  - Quid du libéral ?





Merci de  
votre  
attention !