

Comprendre comment on peut soigner, sans faire de mal aux autres...ni à soi-même, grâce à l'empathie

Jacqueline GUILLAUME, Philippe GUILLOU

Gleichgerrcht E, Decety J. The relationship between different facets of empathy, pain perception and compassion fatigue among physicians. *Front Behav Neurosci.* 2014;8:1-9.

L'empathie est une compétence dans la relation de soins. Elle améliore à la fois la satisfaction des patients, la santé et le bien-être des professionnels de santé.

Les auteurs ont étudié les aspects du profil démographique des médecins et les dispositions empathiques individuelles modulant la perception de la douleur, la détresse personnelle et le lien avec la qualité de vie professionnelle. Ils ont utilisé des vidéos de personnes algiques montrées à des médecins de toutes spécialités, âges et genres, à qui ils ont demandé de coter la douleur des patients et la détresse personnelle induite par ces patients. Initialement, ils ont mesuré l'empathie et la qualité de vie des médecins à l'aide de questionnaires (IRI et ProQOL V).

Les patientes femmes induisent une plus forte perception de douleur par rapport aux patients hommes, indépendamment du genre du médecin. Les médecins femmes ont une perception plus faible de la douleur chez des patients hommes et une perception plus élevée de la douleur chez des patientes femmes que les médecins hommes. Les médecins, informés de ces résultats, sont conscients que des biais peuvent perturber leur perception de la souffrance des patients. Il est judicieux d'approfondir la recherche sur l'impact du sexe des patients sur les attitudes des médecins à l'égard de la douleur.

Les médecins plus âgés ou plus expérimentés font une plus faible cotation de la douleur des patients, mais ont une détresse personnelle similaire à celle des plus jeunes médecins. La surveillance longitudinale des attitudes et pratiques de soins de santé liées à l'empathie (le temps passé avec le patient, l'efficacité de la communication, le contact visuel, etc.) s'avère un appui pour les médecins plus âgés et plus expérimentés. Des objections sont faites concernant la méthode de vidéo cadrant seulement le visage et les épaules des patients, éloignée d'une relation clinique authentique, comprenant une vision du corps entier, avec des interactions.

Les participants ont éprouvé plus de plaisir à exercer leur métier lorsqu'ils avaient rapporté un certain niveau de détresse personnelle en réponse à la souffrance d'autrui. Des réponses empathiques accrues entraînent une plus grande motivation à aider ceux qui souffrent, favorisant une expérience plus satisfaisante pour le professionnel. À l'intersection de l'empathie et de la qualité de vie professionnelle se trouvent vraisemblablement les processus complexes de régulation émotionnelle et de contrôle cognitif.

Les auteurs proposent en conclusion de réguler certains aspects appropriés de l'empathie afin d'éviter l'épuisement professionnel et la fatigue compassionnelle des professionnels de santé et des étudiants ; en veillant à ce qu'ils soient encore capables de déclencher une réponse empathique suffisamment forte pour assister les patients de façon adéquate.