



Émotions

« Sans émotions, il est impossible de transformer les ténèbres en lumière et l'apathie en mouvement »

CARL GUSTAV JUNG

Les émotions ne sont pas de simples conséquences du traitement que nos personnalités proposent des informations sensorielles qui arrivent à nos cortex. Elles ne se contentent pas de moduler, avec plus ou moins de subtilité, les réactions que nous attribuons à notre « caractère ».

Elles nous définissent.

À tel point que nous en arrivons à classer les personnes que nous rencontrons non pas en fonction de leurs caractéristiques propres, mais en fonction des émotions que nous-mêmes ressentons face à elles. Et cette façon de considérer l'autre n'est pas réservée à la sphère privée – comment pourrait-elle l'être ? – elle intervient de façon parfois cruciale dans la relation médecin-patient. Qu'est-ce donc qu'un « patient difficile », sinon un patient qui génère en nous des émotions que nous ne souhaiterions pas avoir à gérer dans le cadre de notre exercice ?

Il est d'autant plus surprenant qu'alors que nous recherchons sans cesse, dans les arts, les divertissements et les multiples modalités des relations interhumaines, à créer et à ressentir des émotions, qu'elles aient pu faire l'objet, dans la formation médicale « classique », d'une censure quasi absolue posée comme un principe : il faut se blinder !

Nous savons tous maintenant à quel point cette subtilité toute militaire, qui ambitionnait de transformer l'étudiant en soins et sa vocation en char d'assaut, trouve ses limites face à des patients difficilement assimilables à des ennemis à exterminer...

La complexité des ressentis de la relation thérapeutique ne peut à l'évidence se contenter de réponses simples et toutes faites, d'autant que ces réponses voudraient nous protéger de ce qui viendrait de l'extérieur (le « blindage »...) alors qu'il nous faut apprendre à reconnaître et à vivre avec ce qui vient de nous-mêmes, ce qui est nous-mêmes. Les chercheurs québécois, spécialistes de la communication professionnelle en santé, nous montrent que c'est par la maîtrise du langage que nos émotions peuvent devenir des outils¹. Bouchet *et al.*, de leur côté, nous suggèrent qu'il reste beaucoup à inventer et à faire dans ce domaine dans la formation initiale à la médecine générale².

Faire face à ces questionnements complexes oblige à une exploration minutieuse des éléments de la complexité relationnelle, oblige à la maîtrise de méthodes pertinentes pour des recherches conduites dans le cadre spécifique des soins premiers.

Ce n'est par hasard, par facilité ou par opportunisme que la médecine générale a fait siennes les méthodes de recherche des sciences humaines et sociales. La médecine générale *est* une science humaine et sociale.

Références

1. Givron H, Richard C, Lussier MT. « Attention! Une émotion passe » *exercer* 2023;192:182-3.
2. Bouchet N, Frenillot L, Delahaye M *et al.* Gestion des émotions vécues par les étudiants en 3^e cycle de médecine générale de Toulouse au cours de la prise en charge des patients : étude qualitative. *exercer* 2023;192:184-90.