

# Sommaire

---

---

L'édito de la directrice de collection.....	III
Préface.....	V
Présentation de l'auteur.....	VII
Introduction.....	I
01 Pourquoi s'intéresser aux émotions dans le cadre de la pratique de l'anesthésie-réanimation ?.....	3
<b>I Se connaître pour accueillir les émotions</b>	<b>7</b>
02 Quelle utilité y a-t-il à être en accord avec soi-même ?....	9
03 Pour quoi ou pour qui ai-je décidé de devenir médecin ?..	13
04 En quoi est-il essentiel de préserver le lien avec ce qui a déterminé notre vocation ?.....	19
05 Qu'est-ce que l'anesthésie ? Anesthésiste : pourquoi ? Quel sens a ce choix professionnel ?.....	23
06 Comment, en tant qu'anesthésiste, je me positionne face à la peur collective ?.....	27
07 Quelle place notre formation laisse-t-elle à la gestion des émotions ? (Comment en pallier les manques ?).....	31
<b>II Observer, interpréter. Comprendre les émotions qui nous assaillent.....</b>	<b>39</b>
08 Quel impact ont nos émotions sur notre perception de la réalité et sur nos prises de décisions ?.....	41
09 Quelles émotions peut-on identifier facilement et avec certitude ?.....	51
10 Dans quelles circonstances nos émotions apparaissent- elles ?.....	55
11 De quelle façon nos émotions sont-elles des réponses adaptées à une situation donnée ?.....	59

12	Faut-il exprimer ses émotions ?.....	69
13	Quelles stratégies adopter pour gérer les émotions au quotidien ?.....	75
14	Quelle place laisser aux émotions négatives ?.....	85
15	Comment reconnaître les émotions négatives qui mènent aux conduites à risque ?.....	89
16	Comment aborder les membres de l'équipe et les patients confrontés à la mort ou à l'idée de la mort ?.....	95
17	Comment prendre soin de soi de façon à pouvoir affronter toute la palette des émotions dans notre pratique ?.....	101

<b>III</b>	<b>Conduite à tenir dans des situations pratiques.....</b>	<b>107</b>
18	Comment se positionner lors d'un entretien ?.....	109
19	Comment gérer le parasitage entre notre histoire et celle du patient ?.....	113
20	Comment rester efficace face à une décision difficile ?....	117
21	Comment réagir face à l'agressivité d'un patient ou d'une famille ?.....	121
22	Comment gérer une relation thérapeutique devenue trop impliquante ?.....	125
23	Comment gérer les personnalités difficiles ?.....	129
24	Comment se débrouiller avec les sortilèges ?.....	133
25	Comment soutenir un confrère, un soignant dans la souffrance ?.....	141
26	Que peut-on faire quand il n'y a plus rien à faire ?....	145
27	Comment prendre soin de ses morts, de ses disparus ?....	153
28	Comment gérer une faute professionnelle ?.....	157
29	Comment aider les jeunes en formation ?.....	161
30	Comment aider les équipes face aux difficultés ?.....	165
	Conclusion.....	171
	Lectures conseillées.....	173