

## **Le « coût du prendre soin »**

*C'est volontairement que le bénévole à l'hôpital ou en Ehpad se confronte à la souffrance d'autrui et, en retour, parfois à la sienne. Pour faire face à ce « coût du prendre soin », il fait appel à un certain nombre de ressources. Il n'en demeure pas moins quelquefois démuni et doit alors affronter différents types d'envahissements émotionnels qui peuvent aller jusqu'à expliquer et justifier son renoncement à poursuivre.*

**Visée** : permettre de mettre des mots sur son ressenti afin de l'envisager plus sereinement

**Moyens** : à partir d'une grille de lecture d'un certain nombre de situations, identifier et nommer le coût du prendre soin pour soi.

**Pédagogie** : une première partie définissant le cadre et le contenu de la « fatigue de compassion » et une seconde partie de partage d'expérience des participants entre eux.

Animateur Pierre Reboul / Groupe de 6 à 12 personnes / Durée 1h30 / Outil de visio : zoom