



IDÉAGE FORMATION

Formation prévenir l'épuisement professionnel en EHPAD



Cette proposition contient:

- La description du module de la formation.
- La présentation des objectifs de la formation.
- Le programme détaillé de la formation.
- Le(s) profil(s) formateur(s) pressenti(s) pour assurer l'action de formation.
- La proposition tarifaire relative à cette action de formation.

Présentation du module:

L'usure professionnelle en EHPAD est un sujet complexe. Cette complexité est directement liée aux caractères multifactoriels des sources d'usure professionnelle et à la spécificité des conditions de travail en EHPAD. L'évolution de la relation soignant/soigné, la répétition des tâches, le turn-over, le niveau de qualification initiale des soignants sont autant de variables à intégrer pour comprendre la mécanique de l'usure professionnelle et mieux la prévenir. C'est donc dans le souci d'intégrer ces deux variables, que sont la complexité de l'usure professionnelle et la spécificité du travail en EHPAD, que nous avons construit ce module « prévention de l'usure professionnelle ». Ce module, destiné en priorité au personnel soignant (aide-soignante, infirmière, AMP), a pour objectif de baliser la notion d'usure professionnelle par des éléments de définition concrets et de fournir des solutions de préventions opérationnelles pour prévenir l'usure professionnelle des soignants.

Objectif du module:

- **Savoir** définir les notions d'usure professionnelle et d'épuisement professionnel.
- **Prendre conscience** que le travail et l'identité professionnelle ont une place majeure dans la vie personnelle.
- **Comprendre** la notion de burn-out et ses manifestations.
- **Identifier** les facteurs favorisant l'usure professionnelle.
- **Appréhender** les facteurs qui permettent de limiter le risque d'épuisement professionnel.

Public concerné:

Ce module est destiné en priorité au personnel soignant (AS, IDE, ASG, AES...) mais aussi aux ASH. Il n nécessite pas de pré-requis particulier.

Nos méthodes pédagogique:

Les méthodes pédagogiques retenues sont :

- L'exposé participatif à l'aide d'un diaporama.
- L'identification des situations problèmes récurrentes (en s'appuyant sur l'expérience du formateur ET des participants).
- L'analyse des pratiques professionnelles.
- Les échanges et débats réflexifs.
- Les études de cas.

Durée: 2 jour(s)

Programme détaillé de la formation:

[size=130]Définition des concepts relatifs à l'usure professionnelle :[/size] L'usure professionnelle :

- L'influence des facteurs de pénibilité.
- L'influence des risques professionnels.
- L'influence du contexte psycho-social.
- Les conséquences de l'usure professionnelle sur la santé.

L'épuisement professionnel ou burn-out :

- Qu'est-ce que l'épuisement professionnel ou burn-out ?
- Comment se manifeste l'épuisement professionnel ?
- Identifier les mécanismes de l'épuisement professionnel.
- Apprendre à reconnaître les signes de l'épuisement professionnel.
- Savoir mesurer l'épuisement professionnel chez les soignants : Le MBI test (Maslach Burn-out Inventory).

Le stress :

- Définir le stress et ses conséquences sur le corps et sur l'esprit.
- Identifier les différentes formes de stress et leurs conséquences pour les soignants.

[size=130]Appréhender la place du travail dans la vie des soignants :[/size] Les enjeux bio-psycho-sociaux du travail :

- Représentation que l'on se fait du métier de soignant.
- La réalité du métier.

Les risques du travail soignant sur la santé :

- Les situations de pénibilité.
- Les troubles musculo-squelettiques.
- La fatigue physique et morale.

L'impact du travail sur la vie psychique :

- Le sentiment de réalisation.
- L'image de soi.
- L'identité professionnelle.
- La motivation.

L'impact du travail sur la vie sociale :

- Le sentiment de reconnaissance sociale.
- L'intégration à une corporation, à un corps de métier.
- L'importance des interactions sociales en milieu professionnel.

L'impact du travail sur la vie extra-professionnelle :

- L'impact sur la vie familiale.
- L'impact sur la vie sociale.
- L'impact sur les activités extra-professionnelles.

[size=130]Identifier les sources d'usure professionnelle chez le soignant :[/size] Les difficultés de la relation soignant/soigné :

- La modification de la relation soignant/soigné : du patient au client.

- L'agressivité, les insultes : identifier les causes potentiellement explicatives, savoir gérer ces situations.

Le manque de reconnaissance :

- Donner du sens à son action.
- Redéfinir le rôle du soignant et le rôle de l'utilisateur.

Les principales sources de difficultés avec les familles :

- La différence entre les attentes des familles et la réalité du terrain.
- La méfiance des familles : les reproches, l'agressivité...
- Les plaintes des familles.
- Comment faire face à ces difficultés ? Quelles attitudes adopter face à ces situations ?

Les principales difficultés en lien avec le travail d'équipe :

- Les équipes dysfonctionnelles.
- Les affinités et inimitiés entre soignants.
- L'absence d'esprit d'équipe.
- Quand la méfiance remplace la confiance.

Les difficultés en lien avec le contexte organisationnel :

- Les exigences qualitatives de la part des instances décisionnelles.
- L'évolution des moyens.
- L'organisation des soins.

Prévenir l'usure professionnelle des soignants : Prévenir l'usure professionnelle au quotidien :

- Redonner du sens à l'action soignante.
- Redéfinir la notion de soins.
- Repenser le rôle du soignant.

Travailler sur les représentations des soignants par des questionnements :

- Les insultes d'un usager me visent-elles personnellement ?
- La colère des familles m'est-elle directement adressée ?
- Est-ce que ma collègue de travail cherche à me nuire ?
- Suis-je responsable des dysfonctionnements institutionnels et sociaux ?

Prévenir l'usure professionnelle au niveau de la dynamique d'équipe :

- Comprendre l'aspect fondamental du travail en équipe.
- Réfléchir aux attitudes à adopter pour améliorer l'esprit d'équipe.
- Favoriser le soutien et la collaboration verticale (de la hiérarchie vers les soignants).
- Favoriser le soutien et la collaboration horizontale (cohésion d'équipe, gestion des conflits, climats de confiance).

Prévenir l'usure professionnelle au niveau organisationnelle :

- Réfléchir à la manière de limiter la charge de travail (cadence, ergonomie...).
- Favoriser l'autonomie des soignants.
- Optimiser l'organisation des soins.

Permettre la compréhension des actes professionnels pour limiter les marges d'incertitudes :

- Le rôle de la formation initiale, des VAE et de la formation continue.

Informé, orienté et soutenu les salariés touchés par l'usure professionnelle ou l'épuisement

professionnel :

- Repérer les acteurs de soutien internes à l'établissement (collègues, supérieur hiérarchique, psychologue).
- Repérer les instances de soutien et savoir à qui s'adresser : le CHSCT, la médecine du travail, le médecin personnel.

Rechercher des éléments susceptibles de limiter le stress et par conséquent l'usure**professionnelle :**

- Identifier l'importance de l'hygiène de vie (temps de repos, consommation de substance psycho-active...).
- Repérer des moments de « décompression » dans la vie extra-professionnelle.
- Apprendre à se détendre.
- Favoriser les éléments de relaxation / respiration.