

GESTION DE L'USURE PROFESSIONNELLE

Durée : 3 jours (en 2+1)

- Identifier les situations de fatigue et les signes précurseurs d'épuisement professionnel
- Acquérir et/ou redonner du sens à sa pratique professionnelle au quotidien
- Mettre en place une dynamique de changement afin de retrouver motivations et sens professionnel

CONTENU

Durée	Objectifs	Contenu	Méthodes / Outils
■ ÉTAPE 1 - Analyse des pratiques au regard des recommandations de HAS et ANESM			
Présentiel 0,5 jour	Savoir reconnaître les signes	<i>Fatigue physique / psychique / compassionnelle / causes / conséquences.</i>	Études de situations spécifiques et des difficultés rencontrées
■ ÉTAPE 2 - Acquisition et perfectionnement des connaissances et des compétences			
Présentiel 1,5 jour	Mesurer les conséquences de l'usure	<i>Répercussions sur sa vie personnelle / baisse de l'investissement / attitude négative / sécurité défaillante / malveillance / dispersion / absentéisme / accident.</i>	Réflexion pour poser les bases d'une compréhension commune, temps de verbalisation
	Identifier sa propre situation : utilisation des stratégies de coping	<i>Plaintes somatiques et psychologiques / troubles psychosomatiques / stratégies individuelles et collectives / ressources individuelles et institutionnelles.</i>	Travaux de groupe, mises en situations, jeux de rôles
	Repérer la charge physique et les gestes adéquats	<i>Exigence physique, psychosociale / charge de travail / état émotionnel / responsabilités / complexité des protocoles.</i>	Recommandations des bonnes pratiques HAS / ANESM
	Réactualiser les connaissances réglementaires et professionnelles	<i>Cadre législatif / rôle propre et sur prescription / notion de collaboration / champs de compétences et limites des différents acteurs / droit du résident / place de la famille / textes relatifs à la fin de vie.</i>	Apports théoriques réglementaires et législatifs
■ ÉTAPE 3 - Travail d'intersession			
Non présentiel	Entrevoir le changement	<i>Analyse des comportements et difficultés / évaluation des niveaux de collaboration et de la prise en charge / expérimentation des nouvelles données / perception des ressources à développer.</i>	Mises en pratique des apports théoriques
■ ÉTAPE 4 - Analyse des retours d'intersession au regard des recommandations de HAS et ANESM			
Présentiel 0,5 jour	Renforcer le sentiment de soutien collectif	<i>Positionnement professionnel / travail d'équipe / dynamique de changement / discours identitaire / ressources individuelles et collectives / projet fédérateur.</i>	Analyse des retours d'intersession
■ ÉTAPE 5 - Les axes d'amélioration			
Présentiel 0,5 jour	Mettre en place une dynamique de changement	<i>En lien avec les valeurs du projet d'établissement/service : relations interprofessionnelles / soutien en équipe / intégration de nouveaux professionnels / prévention et soutien psychologiques.</i>	Plan d'actions et réflexion à long terme : projet fédérateur

PUBLIC

Infirmier, aide-soignant, aide médico psychologique, auxiliaire de vie sociale

FORMATEUR

Cadre supérieur de santé, cadre infirmier

