

COMPRENDRE ET AGIR SUR LES PEURS ET ANGOISSES DES PATIENTS

PUBLIC CIBLE :

Toute profession

PRE-REQUIS :

Aucun

DUREE : 2 jours

14 heures



6 à 10 participants

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :

Nous consulter pour que nous puissions adapter les conditions d'accueil des personnes concernées.

OBJECTIFS PRINCIPAUX :

Journées théorico-pratiques :

- Acquérir et développer des connaissances et compétences nécessaires pour comprendre et répondre aux peurs et angoisses du patient
- Établir un état des lieux des situations des patients (contexte de survenue, services, type de peurs u d'angoisses)
- Identifier les angoisses : symptômes, origines, causes)
- Savoir différencier les angoisses des patients de ses propres angoisses –
- Comprendre et décrypter ses propres émotions pour accueillir celles des patients et des familles
- Connaître et savoir utiliser les outils d'accompagnement issues des techniques de Sophrologie/hypnose (exercices de respiration, relaxations dynamiques, outils concrets pour désamorcer les peurs et angoisses de manière psychocorporelle)

METHODES PEDAGOGIQUES :

Formation théorico-pratique

Le contenu théorique est ponctué d'échanges avec les participants autour de leurs propres expériences et d'exercices concrets.

Les ateliers pratiques (sophrologie/hypnose) peuvent être déterminés et construits avec le groupe, sur la base de leurs besoins et demandes évoquées lors de la journée

Chacun peut exprimer et formuler les différentes causes de peurs et d'angoisse qui concourent au sentiment d'épuisement, aux tensions et/ou malaises éprouvés dans le cadre professionnel.

METHODES D'EVALUATION :

Chaque stagiaire dispose d'une évaluation et de conseils tout au long de la formation et des ateliers.

A chaque séance, en début et en fin, une grille d'évaluation personnelle des ressentis physiques, émotionnels et mentaux est complétée afin de prendre conscience de l'impact de la séance.

SUPPORTS PEDAGOGIQUES :

Les stagiaires bénéficieront du contenu de la formation sous format papier.

Les documents fournis sont à usage privé et ne doivent pas être photocopiés sauf autorisation du formateur.

MODALITES ORGANISATIONNELLES :

Horaires des journées: 9h30- 12h30 / 14h – 17h

LIEU et DATES :

En intra

A la demande du client

FORMATEUR

Magali BLOT Psychologue, sophrologue, formée en Hypnose (J1)

Christine CHABAUD Sophrologue, Praticienne en Hypnose (J2)

Le + des formateurs : expériences en milieu hospitalier, sophrologues depuis + de 10 ans, formatrices en école de Sophrologie, actuellement les 2 formatrices mènent une étude En recherche clinique avec le CHU de Clermont, (Pr Dutheil) sur l'impact de séances de sophrologie sur la prévention du Burn out professionnel auprès du personnel hospitalier

Première journée

INTRODUCTION

- Adapter le contenu aux spécificités des stagiaires présents dans le groupe
- Recueil des besoins et attentes des participants (prise en compte des attentes spécifiques et du niveau de connaissances des participants)
- Présentation de la formation et de la formatrice

ANALYSE DES SITUATIONS

- Pathologie, heure, environnement...
- Déroulement des situations de gestion d'angoisse : nombre d'entretiens avec le patient, besoins psychologiques repérés et évolution durant les entretiens ; identification des difficultés éprouvées dans la gestion des angoisses du patient, etc.

ETAT DES LIEUX DES FACTEURS GENERANT OU RENFORCANT L'ANGOISSE DES PATIENTS

- Facteurs institutionnels
 - Le manque de disponibilité des professionnels
 - La non-participation aux prises de décisions qui concernent le patient
 - L'organisation ou communication au sein du service
- Facteurs associés à l'accompagnement
 - Le manque d'information
 - L'impression de n'être pas entendu
 - Les conflits avec les soignants
 - Forces et limites de l'accompagnement des soignants.
- Facteurs familiaux et personnels
 - Isolement social
 - Eloignement géographique
 - Personnalités fragiles
 - Conflits intra-familiaux
 - Problèmes financiers

IDENTIFIER ET REPERER L'ANGOISSE DES PERSONNES PRISES EN CHARGE

- Définition de l'angoisse : Physiologie – Psychologie
- Les 3 corps : émotionnel, physique et mental
- Les psychopathologies et l'angoisse : psychoses, névroses, phobies, TOC, ESPT

RECONNAITRE LES SIGNES D'ANGOISSE :

- Chez le patient/résident - Chez soi même - Chez un collègue
- Les émotions, leurs manifestations verbales et non verbales
- Observation fine des comportements des patients
- Définition des émotions, de leur genèse et de leurs manifestations

Deuxième journée

DEVELOPPER SA CAPACITE A MAITRISER LES OUTILS D'APAISEMENT

- La dimension relationnelle, pratiquer la relation d'aide :
- les attitudes aidantes et compétences requises
- La qualité de présence - La posture intérieure - L'intention dans l'accompagnement, la communication non verbale, etc. - La gestion de ses propres émotions
- L'écoute active - principe de base

LES OUTILS DE GESTION DE SA PROPRE ANGOISSE :

- Techniques de santé et de gestion du stress : Exercices pratiques de relaxation permettant aux stagiaires de s'approprier les outils de base de technique de relaxation
- Exercices de respiration, étirements et mouvements doux, visualisations, communication non violente, langage positif, autohypnose et PNL, relaxations dynamiques
- Postures : assis et debout

Tenue vestimentaire : vêtements du quotidien professionnel