Travailler de nuit en institution – trouver son équilibre chronobiologique pour allier qualité des soins et qualité de vie

Fiche technique

Secteurs
Tous secteurs

Public
Tout travailleur de nuit participants aux soins

Durée
3 jours (2 + 1)

Organisme de formation
➲ GRIEPS

Lieux & dates

➲ **Groupe 1**
NIORT
Les 8 & 9 avr. 2021
+ Le 4 mai 2021

➲ **Groupe 2**
SALIES DE BEARN
Les 10 & 11 juin 2021
+ Le 25 juin 2021

➲ **Groupe 3**
LIMOGES
Les 9 & 10 sep. 2021
+ Le 14 octobre 2021

➲ **Groupe 4**
BORDEAUX
Les 29 & 30 nov. 2021
+ Le 15 décembre 2021

Interlocuteur Opco Santé

Sabrina EMERY, Assistante Régionale
formationscollectivesNA@opco-sante.fr

Contexte

Cycle Travail de nuit

Le travail de nuit n'est pas sans incidence sur le fonctionnement humain. Tous les organismes vivants connaissent des variations périodiques de leur activité. Ces variations découlent naturellement de l'alternance lumière–obscurité conséquence de la rotation de la terre autour de son axe.

La grande majorité de nos fonctions physiologiques et psychologiques présentent un rythme de 24 heures environ, appelé en raison de cette durée : rythme circadien.
Plus de 40 000 salarié de notre secteur Sanitaire et Médico-social sont concernés par les impacts de ce rythme professionnel et personnel particulier.

Bien loin d'être des « travailleurs de l'ombre », ils sont garants de la continuité des soins et participent pleinement à la qualité de ceux-ci.

Toutes les études montrent que ces acteurs nocturnes doivent développer des compétences particulières tout en se préservant des effets physiologiques d'une vie à rythme inversé.

Comment alors prendre soin des autres en prenant soin de soi et valoriser d'avantage son professionnalisme ?

Objectifs

Cette formation propose d'aider chaque participant à :

➲ Identifier, reconnaitre et promouvoir les compétences spécifiques des agents « de nuit »,
➲ Situer l'activité nocturne dans une continuité de sécurité et de qualité des soins,
➲ Analyser les situations de soins vécues prévalentes (gestion de l'urgence, accompagnements de fin de vie, aide à l'endormissement, angoisses …)
➲ Valoriser son autonomie et sa polyvalence, tout en respectant le cadre légal et la traçabilité
➲ Promouvoir une démarche de prévention des risques et les principes d'hygiène de vie à adopter lors de rythmes de travail atypiques
➲ Prévenir et dépister l'épuisement professionnel
➲ Augmenter le sentiment d'appartenance et formuler des pistes d'amélioration, voire d'engagement relatives à la continuité des soins et à la complémentarité du travail en équipe jour/nuit

Prérequis

Aucun prérequis n'est demandé

Contenu

- Représentations et motivations de chacun sur sa fonction de soignant de nuit.
- Actes et activités du travail de nuit en liens avec les besoins des usagers.
- Le sommeil rôle et physiologie, évolution du besoin de dormir, Les conséquences du manque de sommeil.
- Le « burn out ».
- Equipe jour / nuit, une cible : l'intérêt de l'usager.
- Le travail en collaboration et la traçabilité

La nuit : un moment particulier pour les usagers et l'occasion d'une relation privilégiée :

- Le besoin de relation et de communication.
- La douleur physique et la souffrance psychique.
- La gestion des situations d'agressivité
- L'accueil en service la nuit.
- La gestion de l'urgence la nuit.
- Les fins de vie la nuit.
- Inscrire son exercice dans les axes des projets institutionnels.
- Engagement du prendre soins de soi et de garantie de la continuité des soins, stratégie de partage et bilan distancié.