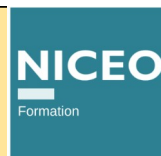


COMMENT DONNER DU SENS ET GERER LES TEMPS DE SOINS POUR ÊTRE BIENTRAITANT ?



(Gestion des différentes temporalités)

PRESENTATION

« Nous n'avons pas assez de temps pour bien faire notre travail » est une « plainte » fréquente des soignants. Que se cache-t-il réellement derrière cette affirmation ? Le temps serait-il si étranger à nous pour que nous ne puissions rien faire ? Or, le temps n'est ni réductible ni extensible et son ressenti n'est pas le même pour tous. D'autre part, le temps s'écoule et n'appartient à personne d'autre qu'à soi-même. Est-ce à dire que nous pourrions être, individuellement et/ou collectivement, maître de notre temps ? C'est ce que nous vous proposons : DEVENIR MAÎTRE DU TEMPS. Ce défi devrait vous permettre de pouvoir concilier, Temps, Humanité dans le soin et Qualité de vie au travail. Devenir Maître du temps, c'est aussi être bienveillant pour soi-même et les autres et savoir gérer son stress pour être efficient. L'objectif des soignants n'est-il pas d'utiliser le temps imparti avec le patient pour en faire un moment de qualité de vie, en étant disponible « ici et maintenant » et en plaçant le patient au cœur du « Prendre Soin » ?

« Le temps, c'est la vie, c'est le changement, c'est l'imprévisible. »

Jean-Michel Longneaux

***« Ce que vous faites de votre temps est plus important
que la quantité de temps dont vous disposez. »***

PUBLIC CONCERNE : Cadre de Santé, Infirmier(e), Aide-Soignant(e), ASH, Auxiliaire de vie

DUREE : 7 heures

FORMATEUR : Cadre de santé, formateur

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Actualiser ses connaissances sur le concept TEMPS.
- Savoir allier nos représentations professionnelles et personnelles (de l'idéal au possible).
- Savoir définir en équipe des stratégies pour que le « possible » soit « professionnel ».
- Savoir composer avec le temps pour être performant et respectueux des valeurs d'humanité.

THEMES ABORDES

- **LE TEMPS, DE QUOI PARLE-T-ON ?**
 - o Qu'est-ce que le temps ?

- Les différentes visions du temps : individuelle, collective, du patient, de la famille, du soignant.
 - La perception du temps et mes réactions possibles. (les « voleurs » de temps, les imprévus, les interruptions, etc...).
 - La subordination au temps. Les influences et les conséquences de « votre » gestion du temps.
 - Le temps et le sens du travail.
- **LE PRENDRE SOIN ET LES DIFFERENTES TEMPORALITES**
- Notions de relation des temporalités.
 - Savoir écouter le temps de l'Autre (soignés et familles).
 - Savoir regarder les différentes temporalités pour voir comment les concilier).
 - Notions de management de l'humain.
 - Notions d'organisation du travail respectueux des soignés et des soignants dans leur temporalité :
 - Le temps des soignants,
 - Le temps des soignés.
 - Savoir créer l'intelligence collective pour optimiser le temps de soin.
- **LES OUTILS DE LA GESTION DU TEMPS POUR UNE EFFICACITE PERSONNELLE**
- Les différentes lois (Pareto, Parkinson, Murphy, etc...).
 - Les différentes méthodes de gestion du temps comme NERAC (Noter, Estimer, Réserver, Arbitrer, Contrôler) ; QQQQCCP (Qui, Quoi, Où, Quand, Comment, Combien, Pourquoi), Matrice Eisenhower, Méthode « LIMITER », etc.....
 - Savoir se positionner (posture professionnelle) et savoir dire NON.
 - Leviers comportementaux (Déléguer ou répartir au juste niveau, conserver du temps pour soi, gérer la relation à l'humain, Etc....
- **MAITRISER SES EMOTIONS ET SON STRESS POUR MAITRISER LE TEMPS DE SOIN**
- Les émotions en jeu dans la relation de soin par rapport :
 - aux patients et leur famille ;
 - à la vie institutionnelle,
 - à son « idéal » du soin.
 - La gestion du stress.
- **L'ETHIQUE ET L'ORGANISATION DU SOIN, LE JUSTE TEMPS DU SOIN**
- Un soin ne peut être qu'éthique (la démarche éthique).
 - La mesure du temps passé auprès d'un patient répond-elle uniquement à l'intérêt de celui-ci ou répond-elle à des règles d'organisation (ambulatoire, hôpital de jour, aspect économique, technique, etc...) ?
 - Le temps du patient ou du soignant est-il la seule norme à prendre en compte ?

- **LE CONFLIT TEMPS/HUMANITE PEUT-IL ÊTRE UN FACTEUR DE RISQUES PSYCHO-SOCIAUX ?**
 - o Le conflit de valeurs : causes et conséquences.
 - o La prévention de « ses » et de « ces » risques.

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Recherche des besoins institutionnels et de chacun des participants.
 - o Pédagogie interactive et participative.
 - o La formation sera induite par la pensée réflexive et l'analyse des pratiques professionnelles
- Actualisation des connaissances sur les thèmes abordés.
 - o Méthode interactive :
 - Echanges au sein du groupe avec synthèse si nécessaire.
 - Questions/réponses
- Analyse de cas concrets apportés par les participants ou le formateur si besoin.
 - o Travail en grand groupe ou en sous-groupes.

EVALUATIONS

- En début de formation ou avant la formation par un quiz de connaissances
- En fin de formation par le quiz de connaissances identique à celui du début de formation.
 - o Mesure des acquis.
- Analyse constructive et mesure des écarts par rapport aux pratiques au sein de l'établissement.
- Evaluation de satisfaction sur les thèmes abordés par oral entre les participants et le formateur.
- Evaluation de satisfaction de la prestation pédagogique par écrit.