



FORMATION SDORMP FORM

2020-16-LA PREVENTION DU BURN-OUT CHEZ LES ORTHOPHONISTES

FORMATION DE :
Béatrice CAYOL, Masseur kinésithérapeute
Patrick ENCAUSSE, Autre

Espace Vestrepain, 24 rue Vestrepain 31100 TOULOUSE

Le 25/09/2020 de 09:00 à 13:00 et de 14:00 à 17:00

Le 26/09/2020 de 09:00 à 13:00 et de 14:00 à 17:00

Le 10/10/2020 de 09:00 à 13:00 et de 14:00 à 17:00

CONTACT(S) :
Chloé COLOMBET - sdormp.form@perfectariat.fr

Ce programme permet de valider un DPC en 2020, mais il est également possible de suivre la formation en modalité non DPC.

CADRE DE LA FORMATION

Type de programme :

Formation continue

Orientation(s) :

Méthode(s) :

Pédagogique ou cognitive

En groupe

Formation présentielle (congrès scientifique, séminaire, colloque, journée, atelier, formation interactive, formation universitaire...)

Objectifs pédagogiques de la formation :

Repérer les signes cliniques du burn out

Apprendre à évaluer ses besoins, ses limites, ses valeurs au niveau personnel et professionnel

Mettre en place des stratégies de prévention

Découvrir des outils pour mieux vivre au travail

Apprendre à mettre en pratique les outils proposés

Apprendre à mettre en place des stratégies de prévention dans son quotidien

FORMATION SDORMP FORM

Résumé :

Un nombre croissant de professionnels de santé se retrouve en situation de burn out.

Cette formation est spécifiquement destinée aux orthophonistes.

Elle permet d'identifier les causes et les facteurs personnels et professionnels de cet épuisement. Elle propose une approche théorique et pratique des outils de dépistage et de prévention du burn out. Elle met en place des stratégies pour une meilleure qualité de vie au travail.

Pré requis :

Les participants doivent être titulaires du Certificat de Capacité d'Orthophoniste ou de tout titre admis en équivalence

Recommandations professionnelles sur lesquelles se base la formation :

Stratégie nationale d'amélioration de la qualité de vie au travail (HAS texte du 5 décembre 2016 , pages 18-19)

Axe III - Accompagner les professionnels au changement et améliorer la détection des risques

Engagement 10 - Détecter et prendre en charge les risques psychosociaux

Objectif : Améliorer la sensibilisation et la détection des risques psychosociaux

Élaborer et diffuser des outils de sensibilisation à la détection des risques psychosociaux.

Cette action vise à renforcer, pour les managers, directeurs, responsables médicaux et cadres notamment, la connaissance des principaux facteurs de risques, mais également les indicateurs permettant de les détecter.

Elle sera impulsée et promue par la mission nationale chargée de la qualité de vie au travail des professionnels de santé

Objectifs portant sur l'analyse des pratiques :

Moyens d'encadrement, pédagogiques et techniques :

- Présentation de power point
- Interaction avec les stagiaires
- Exposés théoriques et cliniques
- Ateliers
- Mise en pratiques des outils pédagogiques
- Délivrance d'un support pédagogique

Un représentant de l'organisme de formation sera présent lors de la formation. Un questionnaire de connaissances et un questionnaire de satisfaction seront envoyés par mail en fin de formation et devront être complétés en ligne dans le délai imparti.

Moyens permettant de suivre l'exécution de la formation :

Une liste d'émargement sera signée au début de chaque demi-journée.

FORMATION SDORMP FORM

Moyens permettant d'apprécier les résultats de la formation :

A l'issue de l'action de formation, une attestation de fin de formation sera délivrée au stagiaire. Le suivi de la formation ne donne pas lieu à délivrance de diplôme, certificat ou de tout autre document la sanctionnant.

Public concerné par l'action de formation : Orthophoniste.

PROGRAMME DE LA FORMATION

LA PREVENTION DU BURN-OUT CHEZ LES ORTHOPHONISTES - le 25/09/2020, 1ère ½ journée de 09:00 à 13:00 :

1° jour -Matin

Présentation des intervenants
Présentation et éthique de la formation ; liens d'intérêt
Présentation et attentes des participants ; tour de table
Pratique de Pleine Conscience « cultiver son attention »
Échanges autour de la pratique

Pause

Définition du burn-out en général
Définition du burn-out pour les professionnels soignants
Définition du burn-out pour les orthophonistes (libéraux, salariés)
Maladie professionnelle ?
Pratique de Sophrologie « le corps, les sensations »
Echanges autour de la pratique

Pause repas

LA PREVENTION DU BURN-OUT CHEZ LES ORTHOPHONISTES - le 25/09/2020, 2nde ½ journée de 14:00 à 17:00 :

1° jour - Après-midi

Les causes et les facteurs du burn-out : facteurs personnels, familiaux, professionnels, environnementaux
1/Travail de réflexion des participants, restitution en groupe
2/ Synthèse et classement des causes et des facteurs déclenchant
Pratique de Pleine Conscience « connaître ses limites »
Échanges autour de la pratique

Pause

Identification individuelle des forces et des stress dans les différents secteurs de la vie professionnelle et personnelle (atelier individuel)
Pratique de Sophrologie « Travail sur l'ancrage et la gestion des émotions »

Echanges autour de la pratique

LA PREVENTION DU BURN-OUT CHEZ LES ORTHOPHONISTES - le 26/09/2020, 1ère ½ journée de 09:00 à 13:00 :
2e jour-Matin

Détection des signes précurseurs du Burn-out :

1/Les symptômes psychiques, émotionnels, comportementaux

2/ Les symptômes physiques et fonctionnels

Pratique de Sophrologie «prendre consciences de ses forces et de ses capacités »

Échanges autour de la pratique

Pause

Auto-évaluation, puis atelier de groupes ; restitution

Pratique de Pleine Conscience

Échanges autour de la pratique

Pause repas

LA PREVENTION DU BURN-OUT CHEZ LES ORTHOPHONISTES - le 26/09/2020, 2nde ½ journée de 14:00 à 17:00 :
2° jour-Après-midi

Comprendre son mode de fonctionnement, sa réactivité, ses croyances

Pratique de Pleine Conscience « l'estime de soi »

Pause

Pratique de Sophrologie « mes priorités »

Échanges autour de la pratique

Engagement : qu'est-ce que je mets en place dès demain pour respecter mes priorités de vie ?

(Livret à compléter pour le troisième jour.)

LA PREVENTION DU BURN-OUT CHEZ LES ORTHOPHONISTES - le 10/10/2020, 1ère ½ journée de 09:00 à 13:00 :
3ème jour-Matin

Tour de table sur le thème « qu'est-ce que vous avez changé et mis en place apres les 2 premieres journées de formation ? »

La prevention : posture du Praticien ; distance therapeutique

FORMATION SDORMP FORM

Les outils pour prendre soin de soi : Yoga, méditation, relaxation...
Pratique de Pleine Conscience longue (1/2h)
Echanges autour de la pratique

Pause repas

LA PREVENTION DU BURN-OUT CHEZ LES ORTHOPHONISTES - le 10/10/2020, 2nde 1/2 journée de 14:00 à 17:00 : **3ème jour-After-midi**

La prévention (suite) : réorganiser son quotidien
Travail en atelier ; restitution en groupe
Evocation d'un projet personnel par rapport à ses propres besoins : qu'est-ce que je mets en place dans mon quotidien comme pratique, comme outils pour avoir une meilleure qualité de vie et de travail et éventuellement me prévenir d'un burn-out ou d'une rechute.
Pratique de Sophrologie « mes valeurs »
Synthèse de la formation, tour de table

INFORMATIONS PRATIQUES

Durée de la formation : 21 heures.

Coût de la formation : 540,00 euros TTC.

Coût de la formation en modalité DPC : 600,00 euros TTC.

Participants : 25

Lieu(x) de la formation : Espace Vestrepain, 24 rue Vestrepain 31100 TOULOUSE

INSCRIPTION

Tous les professionnels doivent être inscrits auprès de SDORMP FORM.

Les professionnels libéraux qui souhaitent valider leur DPC au titre de cette formation doivent également s'inscrire sur le site www.mondpc.fr. Ils seront guidés dans leurs démarches tout le long de leur inscription. Attention veillez à ne pas commettre d'erreur dans la saisie de votre courriel. Pour accéder rapidement à cette formation, entrez à la rubrique Référence programme ANDPC et cliquez sur rechercher.

Professionnels salariés :

Cette formation permet aux professionnels qui le souhaitent de valider leur DPC pour 2020.



FORMATION SDORMP FORM

Il est également possible de participer à cette formation sans validation du DPC .

Le professionnel salarié peut se préinscrire auprès de SDORMP FORM, cette inscription devra être confirmée par son employeur.

L'employeur inscrit le professionnel salarié à la formation et règle à SDORMP FORM le coût de la formation.

Une convention sera adressée à l'employeur qu'il devra signer et renvoyer à SDORMP FORM.

Professionnels libéraux :

Cette formation permet aux professionnels qui le souhaitent de valider leur DPC pour 2020.

Il est également possible de participer à cette formation sans validation du DPC.

Le professionnel s'inscrit à la formation et règle à SDORMP FORM le coût de la formation.

Une convention sera adressée au professionnel, qu'il devra signer et renvoyer à SDORMP FORM.