FÉDÉRATION DES ACTEURS DE LA SOLIDARITÉ ÎLE-DE-FRANCE

Formation

Comprendre et se protéger des RPS pour éviter l'épuisement relationnel, et le traumatisme vicariant

28 et 29 janvier 2027
(14 heures de formation)

A qui s'adresse cette formation ?

A des professionnel.le.s réalisant des actions d'accompagnement social et, ou professionnel qui souhaitent se questionner sur la santé mentale au travail, sur les Risques Psychosociaux, sur la fatigue compassionnelle, le risque vicariant, afin d'en limiter les impacts en cas d'expositions, voir d'éviter leur survenus.

Prérequis

Aucun.

Contexte

Les professionnels de l'accompagnement peuvent se trouver en situation de stress chronique, de surcharge de travail, voire subir des violences verbales ou physiques. Dans ces situations, les professionnels font face à ce que l'on nomme des Risques Psycho-Sociaux (RPS). Ces risques rendent le travail difficile, font souffrir les professionnels et peuvent les conduire à s'épuiser.

Si les RPS sont communs à tous secteurs professionnels, il existe des risques spécifiques aux secteurs du social, du médico-social, de l'insertion qui souvent sont plus silencieux.

Les professionnels de ces secteurs sont particulièrement soumis à une charge émotionnelle induite par les récits de vie des personnes accompagnées. Ces charges émotionnelles s'accumulent, sans toujours trouver d'espace pour se déposer, elles peuvent générées de la fatigue compassionnelle, voir un traumatisme vicariant.

Devant les RPS, devant le risque de traumatisme vicariant, il est recommandé de mettre en place des actions de prévention à l'échelle de la structure. Il est également pertinent d'outiller les professionnels afin qu'ils puissentanalyser les situations de travail dans lesquels les risques sont présents, pour qu'ensuite ils y puissent faire face en développant des Compétences Psycho-Sociales (CPS) adaptées.

L'objectif étant double : rester en santé * et réaliserson travail d'accompagnement.

** : **Définition de la santé de l'OMS** : La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.*

Objectifs de la formation

A l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

- Analyser une situation de travail à l'aide de modèles reconnusen psychologie du travail.
- Définir et comprendre les mécanismes et les causes des risques psychosociaux, de l'usure compassionnelle, du traumatisme vicariant, dans les spécificités des secteurs professionnels du social, médicosocial et de l'insertion sociale et professionnelle.
- Faire le lien entre les facteurs de risques et les ressources psychosociales mobilisables.
- Développer des compétences psychosociales (CPS) concrètes pour se préserver des RPS, de la fatigue compassionnelle et du traumatisme vicariant.

Programme

Séquence 1 : Jour 1 — Matin

La santé au travail

Quand le travail nuit à la santé

Analyser le travail: des modèles de référence en psychologie du travail. Karasek,Siegrist, Clot

Les spécificités de vos secteurs professionnels : le processus de surcharge émotionnelle

A partir de ces modèles et des spécificités, questionner son rapport au travail

Séquence 2 : Jour 1 — Après-midi

RPS – Trauma Vicariant

Définition : stress, violence, burn-out, fatigue compassionnelle, traumatisme vicariant

Effets sur la santé

Facteur de risques

Typologie des actions de prévention à l'échelle de la structure, du service…

Séquence 3 : Jour 2 — Matin

Développer des compétences psychosociales

Correspondances entre les Risques Psycho-Sociaux, Traumatisme Vicariant et les Compétences Psycho-Sociales qui permettent de faire face.

Développement des Compétences Psycho-Sociales

- Empathie et intelligence émotionnelle
- Gestion du stress

Séquence 4 : Jour 2 — Après-midi

Développement des Compétences Psycho-Sociales—suite

- Communication assertive
- Gestion des conflits
- Résolution de problèmes et prise de décision

Démarche pédagogique et évaluation

Apports théoriques : Sous forme d'exposés accompagnés d'un support imagé (facilitation graphique) suivi d'échanges

Exercices pratiques et contextualisés : Mise en situation, Quiz, exercice d'application, analyse de situation de travail

Une attestation de suivi sera remise à l'issue de la formation.

Calendrier :	**28 et 29 janvier 2027 (14 heures de formation)**
Lieu de formation :	**Paris ou Porte de Paris**
Intervenant(e)(s) :	**Marie-Claire GALLIN-MARTEL**
Coût d'inscription :	**Adhérents fédération** : 450€ par participant·e **Non adhérents** : 540€ par participant·e

Pré-inscription en ligne sur : https://app.digiforma.com/guest/2911633720/training_sessions/3185840/register

Une réponse sur la demande de préinscription vous sera adressée au plus tard 2 semaines avant le début de la formation.
Tout ou une partie des coûts de formation peuvent être pris en charge dans le cadre du plan de formation de votre association. Nous vous invitons à vous rapprocher de votre direction ou service RH pour en savoir plus.
N'hésitez pas à nous faire part d'une situation de besoins spécifiques qui pourrait nécessiter l'adaptation de la formation.

Contacts Fédération des Acteurs de la Solidarité IdF

30 boulevard de Chanzy - 93100 Montreuil—Organisme de formation : 11752245275

Mariam DOUCARA
Chargée de mission administratif et référente handicap
en cas de besoin d'adaptation de la formation

01 43 15 80 10
formation@federationsolidarite-idf.org