

## Prévention et gestion du stress du personnel soignant

CATEGORIE : C

### Vue d'ensemble

Domaine(s) d'activité professionnel dans lequel(s) est utilisé la certification :

- Transverse :
- **La certification s'adresse à tous les professionnels de la santé, aux soignants, aux cadres de santé, aux professionnels au sein d'EHPAD et de structures hospitalières ou en structures adaptées, et dans les centres anti douleur ou dans les Unités de Soins Palliatifs, etc...Elle s'adresse également aux professionnels de santé exerçant en libéral et le secteur des services à la personne.**

Code(s) NAF : **86.90F**

Code(s) NSF : **331**

Code(s) ROME : **K1103**

Formacode : **15097**

Date de création de la certification : **26/11/2016**

Mots clés : **SOINS**,  
**DEVELOPPEMENT PROFESSIONNEL ET PERSONNEL**,  
**GESTION DU STRESS**, **PREVENTION**

### Identification

Identifiant : **3946**

Version du : **23/10/2018**

### Références

Consensus, reconnaissance ou recommandation :

Formalisé :

- **N/A**

Non formalisé :

- [Etablissements de santé - Risques psychosociaux des personnels médicaux](#)
- [Le burn-out - rapport de l'Académie Nationale de Médecine](#)
- [Le 3e colloque national proposé par l'Association Soins aux Professionnels de Santé](#)
- [Colloque sur "Vulnérabilité et souffrance du soignant" - Groupe Pasteur Mutualité, le 4 décembre 2008](#)
- [Agence Nationale pour l'amélioration des conditions de travail \(ANACT\)](#)
- [Le 3eme plan Santé au travail](#)

### Descriptif

#### Objectifs de l'habilitation/certification

La certification vise la prévention et la gestion du stress du personnel soignant. Elle permet l'acquisition des connaissances de techniques réflexes d'autorégulation ou d'autostimulation afin de limiter les impacts du stress des soignants, et les risques d'aggravation de leur état physique et/ou psychique. A travers l'utilisation de différentes techniques, l'objectif est de pouvoir intégrer un travail sur la gestion, la diminution, la prévention du stress et de ses conséquences afin d'apporter un mieux-être et améliorer la qualité de vie du personnel soignant.

## Lien avec les certifications professionnelles ou les CQP enregistrés au RNCP

- Aucun lien

### Descriptif général des compétences constituant la certification

Discerner et formuler les mécanismes du stress et ses effets délétères sur la santé.

Déceler les différentes sources génératrices de stress du personnel soignant.

Appliquer les techniques réflexes de gestion du stress afin de limiter les tensions psychocorporelles et ainsi améliorer la qualité de vie du personnel soignant.

### Public visé par la certification

- La certification vise tous le personnel soignant travaillant en EPHAD, en résidences et en institutions hospitalières, travailleurs indépendants (ex : sage femme, infirmière à domicile, aide soignant à domicile...)

### Modalités générales

La certification est accessible par la voie de la formation, durée de 9 jours (63 heures).

Moyens pédagogiques : supports pédagogiques, exercices pratiques, interventions de professionnels de santé (médecin, psychologue...). Utilisation des logiciels VisibleBody, CODESNA, échelles et mesures d'évaluation du stress...

La formation se déroule en présentiel. Elle comprend :

l'apprentissage des notions pédagogiques sur les mécanismes du stress et l'impact du stress sur le métabolisme ainsi que l'apprentissage de techniques d'autorégulation ou d'autostimulation réflexes de gestion du stress ;

de nombreux temps d'échange en groupe et des mises en situation professionnelle (ex: cas d'études ou simulations de situations) et analyses de comportements afin de mieux comprendre les enjeux. Celles-ci permettront pour les personnes formées de pouvoir prévenir les situations à risques et d'améliorer la gestion des situations génératrices de tensions ;

une analyse d'impacts de la formation en lien avec la mise en œuvre de changements concrets dans la prévention et la gestion de situations professionnelles du personnel soignant.

### Liens avec le développement durable

Aucun

## Valeur ajoutée pour la mobilité professionnelle et l'emploi

### Pour l'individu

Le certificat permet au personnel soignant de comprendre les mécanismes du stress, d'identifier les différentes sources du stress, leurs impacts sur leur métabolisme, repérer les signes précurseurs du stress physique et/ou psychique, et développer des capacités d'adaptations, afin de mieux gérer leurs tensions et savoir prévenir les situations de stress.

Les soignants formés sont ainsi en capacité de se prendre en charge plus facilement et plus rapidement afin de limiter les impacts du stress et les risques d'aggravations. Pour le personnel

### Pour l'entité utilisatrice

Pour les entités utilisatrice, la certification permet de :

Répondre aux obligations, recommandations et formation sur la mise en place de pratiques ou thérapies complémentaires non médicamenteuses et la prise en charge du stress et de ses conséquences sur le personnel soignant

Démontrer et d'illustrer l'implication des établissements dans la formation du personnel soignant dans le cadre de la prévention et de la

soignant, c'est aussi disposer de compétences leur permettant de mieux réagir face au stress.

A l'issue de la certification ils peuvent plus facilement intervenir dans une reprise de contrôle d'eux-mêmes en comprenant les mécanismes actifs et en utilisant des approches non médicamenteuses adaptées.

gestion du stress

Valoriser des effets et des impacts positifs de techniques et de thérapies non médicamenteuses correspondant aux besoins réels et concrets du personnel soignant

Répondre aux besoins de la prévention et d'amélioration de la qualité de vie professionnelle du personnel soignant (*moins de suicides, moins d'arrêt de travail, moins de souffrance, moins d'exposition au risque du burn-out...*)

## Evaluation / certification

### Pré-requis

La certification s'adresse à tous les professionnels de la santé, aux soignants, aux professionnels au sein d'EHPAD et de structures hospitalières ou en structures adaptées, et dans les centres anti douleur ou dans les Unités de Soins Palliatifs, etc...Elle s'adresse également aux professionnels de santé exerçant en libéral et le secteur des services à la personne.

### Compétences évaluées

Discerner et formuler les mécanismes du stress et ses effets délétères sur la santé.

Déceler les différentes sources génératrices de stress du personnel soignant.

Appliquer les techniques réflexes de gestion du stress afin de limiter les tensions psychocorporelles et ainsi améliorer la qualité de vie du personnel soignant.

*Niveaux délivrés le cas échéant (hors nomenclature des niveaux de formation de 1969)*

NEANT

La validité est Temporaire

5 ans

**Possibilité de certification partielle :** non

Matérialisation officielle de la certification :

Les candidats répondant aux critères de certifications se voient délivrer un Certificat de capacité de Prévention et Gestion du stress du personnel soignant

### Centre(s) de passage/certification

- Centre de formation Elisabeth Breton
- <https://www.reflexobreton.fr/devenir-reflexologue-professionnel/formation-prevention-et-gestion-du-stress/certificat-de-capacite-de-prevention-et-gestion-du-stress-du-personnel-soignant/>

## Plus d'informations

### Statistiques

La formation visant la Gestion du stress est proposée depuis 2016.

Une trentaine de personnes ont été formées depuis, elles ont été attestées par le jury mais pas encore certifiées, puisque la certification est récente.

### *Autres sources d'information*

<https://www.reflexobreton.fr/devenir-reflexologue-professionnel/formation-prevention-et-gestion-du-stress/>