

Stress au cathlab

(débriefing TR 2017 - outils de gestion)

24.11.18

Jessica OURAGA

Psychologue, Médiatrice & Formatrice
Service de Médiation du personnel CHU de Liège

Stress au cathlab

- Journée l'AsPeCaF le 18 novembre 2017
- Animation d'un atelier de 40 min (3 groupes)
- Environ 60 personnes présentes
- Déroulement:
 - Stressomètre
 - Les causes du stress au cathlab
 - Les pistes de solutions envisagées par les participants
- Un livret: « *Bien dans son job – Le stress et moi* »

Le stressomètre

Consigne: Placez votre post-it sur votre niveau de stress, en travaillant au Cathlab, ces 3 derniers mois.



Stressé?

Sentiment de déséquilibre entre les demandes perçues et les possibilités d'y répondre



Les causes du stress au cathlab

- État personnel, fatigue;
- L'expérience (le manque de) / l'inconnu / la complexité / la découverte;
- Les (in)compétences de l'opérateur;

Ces éléments sont-ils sous votre contrôle?

Les causes du stress au cathlab

- Situations d'urgences / critiques liées à l'état du patient;
- La charge de travail;
- Les appels téléphoniques, dont certains sont hors contexte;
- La garde (l'infirmier/ère ne peut être en zone de confort, il/elle reste sur le qui-vive);
- Le stress du patient qui est contagieux vers le médecin et par répercussion vers l'infirmier/ère;
- Le stress de l'entourage, des collègues, des médecins;
- Le planning exigeant de faire de plus en plus et vite;
- Manque de personnel;
- Travail d'équipe;
- Les pannes;
- Être seul(e) ou trop peu en salle;
- La charge administrative;
- Les heures supplémentaires
- L'absence d'anesthésiste chez le patient instable;
- Le bruit;
- La pression médicale (grande source de mal-être due à la relation avec certains médecins).

Ces éléments sont-ils sous votre contrôle?

Ces données ont été recueillies et ont fait l'objet de réflexions durant 3 ateliers de maximum 40 minutes avec des groupes différents, rassemblant au total environ 60 personnes, le 18.11.17

Quelles sont les pistes de solutions envisagées par les participants?

- Mobiliser son énergie intrinsèque, se renforcer pour trouver son équilibre;
- Développer l'expérience à travers des formations spécifiques ou sur le tas, des procédures?, des boutons « j'ai besoin d'aide », des binômes alliant une(e) expérimenté(e) et un(e) nouveau/nouvelle
- Trouver le binôme qui fonctionne
- Etaler les formations dans le temps;
- Augmenter l'autonomie et être un peu moins cadré;
- Soutien de la hiérarchie

Quelles sont les pistes de solutions envisagées par les participants?

- Connaître ses qualités et pouvoir identifier les points forts des autres, connaître l'opérateur pour savoir comment se positionner, développer ses compétences relationnelles;
- Construire et se reposer sur une confiance mutuelle (infirmier/ère et médecins);
- Recadrer le professionnel lorsque cela est nécessaire;
- Mettre le focus sur ce que l'on sait faire et pas sur les difficultés;
- Il y a un sentiment d'impuissance face aux pannes, des contrôles sont-ils possibles?;

Quelles sont les pistes de solutions envisagées par les participants?

- Face aux relations difficiles avec certains médecins: être plus fort qu'eux/se taire/ savoir exprimer son ressenti;
- Engager un(e) secrétaire;
- Déléguer;
- Redéfinir les horaires;
- Savoir dire non;
- Avoir de la volonté;
- Avoir du temps;
- La connaissance du matériel.

Et si nous en parlions?

- Favoriser l'émergence/le maintien d'espaces de délibération
- Prendre soin des ingrédients nécessaires à la coopération
- Le cercle vertueux du soutien



Merci



*« Que la force me soit donnée de supporter ce qui ne peut être changé
et le courage de changer ce qui peut l'être mais aussi la sagesse de
distinguer l'un de l'autre. »*

Marc Aurèle