ACTION SOCIALE

Usure professionnelle en ESSMS : repérer, soutenir les équipes et prévenir

Dans les établissements sociaux et médico-sociaux l'usure s'installe lentement. Les professionnels tiennent puis lâchent : irritabilité, distance prise avec les personnes accompagnées, arrêts qui se répètent, départs que l'on ne comprend qu'après coup. Les causes se mélangent entre charge émotionnelle contraintes d'horaires et sentiment de mal faire son travail. Ces deux jours donnent des repères pour agir. Les participants distinguent stress épuisement et usure, apprennent à repérer les signaux individuels et collectifs, examinent ce que l'organisation du travail produit puis construisent des mesures de soutien et un plan de prévention adapté à leur établissement.

DURÉE	MODALITÉ	TARIF	DÉLAI D'ACCÈS
2 jours — 14 h	**Présentiel ou à distance**	**À partir de 1 540 € HT**	**11 jours ouvrés après validation du financement.**

Mon Pôle Formation est un organisme certifié Qualiopi. La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : **ACTIONS DE FORMATION** — certificat n° 76 31 02622 31 (SGS ICS)

01 Public visé et prérequis

PUBLIC VISÉ
Directeurs et cadres intermédiaires d'établissements sociaux et médico-sociaux ainsi que professionnels de l'accompagnement et membres des instances de prévention.

PRÉREQUIS
Aucun prérequis

POSITIONNEMENT À L'ENTRÉE
Analyse du besoin et test de positionnement. Vos réponses sont partagées avec votre formateur afin d'adapter la formation à votre niveau et votre contexte professionnel.

02 Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Distinguer le stress l'épuisement professionnel et l'usure liée au métier
- Repérer les facteurs de risque propres aux métiers de l'accompagnement
- Identifier les signaux individuels et collectifs d'alerte dans une équipe
- Analyser ce que l'organisation du travail produit sur la santé des professionnels
- Mettre en place des espaces de régulation et de soutien entre professionnels
- Construire un plan de prévention adapté aux contraintes de l'établissement

03 Programme détaillé

M1 Comprendre l'usure dans les métiers de l'accompagnement

- Nommer ce que vivent les équipes
- Distinction entre stress épuisement et usure progressive
- Charge émotionnelle propre à la relation d'accompagnement
- Effet des exigences contradictoires et du travail empêché
- Conséquences individuelles et collectives observables
- À retenir : L'usure professionnelle se construit dans la durée et se lit d'abord dans le travail réel.

M2 Repérer les signaux

- Voir avant la rupture
- Signes individuels de retrait et de perte de sens
- Indicateurs collectifs tels que absences turnover et tensions
- Place de l'encadrement dans le repérage précoce
- Conduite d'un entretien avec un professionnel en difficulté
- Mise en situation : Un cadre conduit un entretien avec un professionnel dont le comportement a changé depuis plusieurs semaines.

M3 Agir sur l'organisation du travail

- Traiter les causes et pas seulement les effets
- Analyse des plannings des remplacements et des temps de transmission
- Marges de manœuvre laissées aux professionnels
- Gestion des situations d'accompagnement difficiles
- Articulation entre exigences institutionnelles et réalité du terrain
- Atelier : Les participants analysent l'organisation d'un service et proposent des ajustements réalistes.

M4 Soutenir et prévenir dans la durée

- Installer des ressources durables
- Espaces d'analyse de la pratique et régulation d'équipe
- Soutien après un événement marquant
- Parcours professionnels et évolutions de poste
- Construction et suivi d'un plan de prévention
- Cas pratique : Chaque participant rédige les premières actions de son plan de prévention et les soumet au groupe.

04 Modalités pédagogiques, méthodes et moyens

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
Présentiel ou à distance

LIEU / FORMAT
Dans vos locaux — jusqu'à 10 collaborateurs, Paris — Présentiel, À distance — Classe virtuelle

MÉTHODES MOBILISÉES
• Apports théoriques, ateliers et cas pratiques. Support de cours numérique et fiches méthodes fournis.

ENCADREMENT
Formateurs qualifiés et expérimentés, experts de leur domaine, sélectionnés par Mon Pôle Formation.

05 Modalités d'évaluation et de suivi

ÉVALUATION DES ACQUIS
• QCM et mises en situation. Évaluation des acquis en début et en fin de parcours, évaluation à chaud et à froid à 60 jours.

SUIVI DE L'EXÉCUTION
• Émargement des participants
• Certificat de réalisation remis à l'issue de la formation

SANCTION DE LA FORMATION
Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

06 Type de reconnaissance

Formation non certifiante — Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

07 Modalités d'accès, financement et tarifs

MODALITÉS D'INSCRIPTION
Inscription en ligne, par téléphone, par devis ou via votre OPCO.

DÉLAI D'ACCÈS
11 jours ouvrés après validation du financement.

FINANCEMENTS POSSIBLES
- OPCO et plan de développement des compétences
- FAF et CFP
- France Travail
- Paiement jusqu'à 6 fois sans frais

DATES / SESSIONS
Entrées permanentes

FORMULE	DÉTAIL	TARIF
Inter-entreprises	-10 % dès 2 participants, -15 % dès 3, -20 % à partir de 4 inscrits sur la même session.	**À partir de 1 540 € HT**

Prix nets — exonération de TVA, article 261-4-4° du CGI.

08 Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Accessible aux personnes en situation de handicap. Contactez notre référent handicap pour construire une solution adaptée : contact@monpoleformation.fr

RÉFÉRENT HANDICAP
Tiffany LESTROUBAC

CONTACT
contact@monpoleformation.fr

09 Indicateurs de résultats

INDICATEUR	RÉSULTAT	MODALITÉS DE CALCUL
Taux de satisfaction	**N/A**	Moyenne des notes de satisfaction des stagiaires sur les 12 derniers mois
Taux d'abandon	**N/A**	Calculé sur les 12 derniers mois

Résultats arrêtés au 29/09/2026. N/A : donnée non disponible ou effectif insuffisant sur la période.

10 Contacts

INSCRIPTIONS ET INFORMATIONS
contact@monpoleformation.fr
01 87 66 57 66

ADRESSE
10a rue du Maréchal de Lattre de Tassigny, 76420 Bihorel

RÉCLAMATIONS
Par e-mail : contact@monpoleformation.fr