

Création du réseau national du risque psychosocial et autres nouveautés pour prévenir et prendre en charge l'épuisement professionnel

La prévention est une priorité de la Stratégie nationale de Santé 2018-2022. Elle est aussi une priorité de l'association Soins aux Professionnels en Santé (SPS) qui développe des solutions concrètes pour prévenir et prendre en charge l'épuisement professionnel. À son actif : la création du 1^{er} réseau national du risque psychosocial rassemblant des praticiens formés spécifiquement pour accompagner les professionnels en santé rendus vulnérables, la mise en place de la 1^{re} journée d'ateliers et d'échanges pour prévenir la vulnérabilisation, la tenue prochaine d'un 4^e colloque national centré également sur la prévention. Ces actions seront réalisées grâce à nos partenaires, les ARS Île-de-France et Grand-Est, et pour la première fois l'ARS Pays de la Loire et le Conseil Régional d'Île-de-France, première région à s'engager aux côtés de SPS.

1^{er} réseau national du risque psychosocial

SPS et ses trois partenaires, le réseau Souffrance & Travail, le Service de Santé des Armées et le réseau Morphée mettent à disposition des professionnels en santé le premier **réseau national du risque psychosocial**. Constitué de psychologues, médecins généralistes et psychiatres, ce réseau propose **des consultations physiques aux professionnels en souffrance ou rendus vulnérables**.

Plus précisément, le **réseau national du risque psychosocial** rassemble des professionnels référents issus de chacune des quatre structures⁽¹⁾ afin de couvrir et prendre en charge les différents types de risque lié au travail :

- des professionnels impliqués dans le repérage et la prise en charge des professionnels en santé rendus vulnérables par leur travail⁽²⁾, mais aussi des professionnels ayant été sensibilisés lors des formations SPS 2018⁽³⁾ ;
- des cliniciens spécialisés issus du réseau Souffrance et Travail⁽⁴⁾, tous titulaires du certificat de spécialisation en psychopathologie du travail ;
- des psychologues formés au syndrome post-traumatique par le Service de Santé des Armées ;
- des spécialistes du sommeil issus du Réseau Morphée⁽⁵⁾ pour la prise en charge des troubles du sommeil et une orientation dans le parcours de soins.

Les consultations physiques menées par ces professionnels référents permettent d'obtenir des conseils sur une situation au travail qui peut être difficile, et une orientation si nécessaire.

La liste des professionnels référents proposant une consultation est accessible sur le site www.asso-sps.fr/consultations.html. Il suffit de choisir son département dans le menu déroulant pour obtenir les coordonnées (adresse, téléphone et email) des professionnels près de chez soi. Pour chaque professionnel sont également précisés la profession et le réseau dont il est issu (SPS, Souffrance & Travail, Service de Santé des Armées ou réseau Morphée).

Plus largement, le **réseau national du risque psychosocial** prend place dans le dispositif global de prévention et de prise en charge mis en place par SPS pour venir en aide aux professionnels en santé en souffrance, et qui comprend :

- **une plateforme d'appel nationale** interprofessionnelle et indépendante avec près de 3 000 appels en deux ans (numéro vert **0 805 23 23 36** et appli mobile **Plateforme SPS**)⁽⁶⁾,
- **un blog (expressionsdesoignants.fr)**,
- **des unités dédiées d'hospitalisation.**

Ce dispositif a déjà permis d'aider un grand nombre de professionnels en santé en demande.

1^{re} journée d'ateliers et d'échanges pour prévenir la vulnérabilisation

Le 6 octobre prochain, SPS lancera la **1^{re} journée d'ateliers et d'échanges dédiée aux professionnels et étudiants en santé pour prévenir la vulnérabilisation**. Intitulée « **Quelles stratégies pour préserver leur bonne santé ?** », cette journée aura lieu à l'**Institut Supérieur de Gestion (ISG)**. Elle accueillera de nombreux partenaires : assureurs et mutuelles, groupes sportifs et agroalimentaires, spécialistes de techniques de gestion pour prévenir le stress, et de l'hygiène de vie, acteurs de la communication, institutionnels et médias.

L'objectif de la journée est :

- d'identifier des initiatives de prévention santé,
- d'initier la création d'un réseau de thérapeutes et praticiens en prévention pouvant agir aux cotés des professionnels de santé pour améliorer leur qualité de vie,
- de communiquer sur des expériences de démarches de prévention réussies en milieu médical,
- au final, **de déclencher une véritable prise de conscience et d'aider les professionnels à adopter des comportements vertueux de prévention de leur santé, au travers de solutions concrètes.**

Au cours de cette rencontre, les participants pourront participer à des échanges, assister à des débats, s'informer et se former sur **les techniques et actions de prévention ayant prouvé scientifiquement leur efficacité**, sous différentes formes :

- **conférences et tables rondes** : 2 séances plénières rassembleront 3 à 4 intervenants qui débattront de l'intérêt de mettre en place des actions de préventions pluri-disciplinaires pour rester en bonne santé,
- **ateliers** : les professionnels de santé auront la possibilité de choisir 3 ateliers – animés par des experts – parmi les 18 proposés (1 ateliers par session, chacune des 3 sessions proposant 6 ateliers),
- **stands** : présentation des approches de santé préventives.

Les séances plénières permettront d'initier discussions et débats autour de deux grandes interrogations : **Quels enjeux, quelles actions pour prévenir la vulnérabilisation des professionnels en santé ?** et **Quelles études scientifiques à mettre en place pour démontrer l'intérêt des techniques de prévention ?**

Quant aux stands et aux ateliers, ils se dérouleront autour de quatre thèmes :

- **techniques de gestion pour prévenir le stress** : mindfulness (Méditation en Pleine Conscience), TOP (Techniques d'Optimisation du Potentiel), thermalisme, autres approches psychocorporelles,
- **hygiène de vie** : alimentation et nutrition, activité physique, sport-santé, sommeil, addictions,
- **management et coaching**,
- **prévoyance**.

Pour s'inscrire à la journée et aux ateliers : www.asso-sps.fr/ateliers-prevention.html

4^e colloque national SPS axé sur la prévention

Faisant suite aux trois précédents colloques annuels, le prochain colloque national SPS aura pour thème cette année : « **Prévenir la vulnérabilisation des professionnels en santé : de l'observation à l'action** ». Il se tiendra le mercredi **5 décembre au Conseil Régional d'Île-de-France** (Saint-Ouen).

Ce 4^e colloque marque une nouvelle étape dans les actions engagées par SPS, avec l'objectif cette année de susciter des prises de conscience et d'inciter les professionnels en santé à s'engager dans des actions et des approches de prévention pour réduire leur vulnérabilité.

Au menu de cet évènement : **les résultats d'une grande étude sur les facteurs de risque de l'hygiène de vie** liés à la vulnérabilité des professionnels en santé (alimentation, activité physique, sport, sommeil, addiction). Le colloque sera également l'occasion de présenter **des actions de prévention pour limiter les souffrances des professionnels en santé** : en pratique de soins complémentaires, en hygiène alimentaire, en management et coaching. Il exposera, par ailleurs, **les actions institutionnelles et territoriales nécessaires pour mettre en place une politique de prévention et de soins** afin de limiter la vulnérabilisation des professionnels en santé. Au final, cette quatrième édition offrira, aux différents acteurs du secteur de la santé, **une nouvelle occasion de confronter leurs approches, leurs points de vue et d'envisager de nouvelles pistes d'actions en matière de prévention**.

Pour s'inscrire au colloque : www.asso-sps.fr/colloque.html

Former les praticiens référents

- SPS organise en région des **sessions de formations de deux jours**, dans la plupart des grandes villes de France. L'objectif : **former les praticiens référents du réseau national psychosocial** (psychologues, médecins généralistes et psychiatres qui souhaitent accompagner et soutenir en ambulatoire des soignants rendus vulnérables).
- **Validantes au DPC**, ces formations ont pour thème « **Repérage et prise en charge des soignants rendus vulnérables par leur travail** » et « **Comment intervenir auprès d'un soignant en crise suicidaire** ».
- **Marie Pezé** (docteur en psychologie, psychanalyste et responsable du réseau de consultations Souffrance et Travail), **Eric Henry** (médecin généraliste et président de SPS) et/ou **Catherine Cornibert** (dirige les actions et la communication de SPS) animent le module « Repérage et prise en charge des soignants rendus vulnérables par leur travail ».
- **Jean-Louis Terra** (professeur de psychiatrie à l'université Claude Bernard Lyon 1), **Eric Henry** et/ou **Catherine Cornibert** animent le module « Comment intervenir auprès d'un soignant en crise suicidaire ».
- Depuis janvier, treize sessions ont été réalisées. Elles ont permis à SPS de former **plus de 200 personnes**.
- **Sept nouvelles formations restent à venir** : quatre avec Marie Pezé, trois avec Jean-Louis Terra.

Informations et inscriptions : www.asso-sps.fr/formations.html

Prendre en charge les troubles du sommeil

Dans le cadre de sa participation au réseau national du risque psychosocial fondé par son partenaire SPS, le Réseau Morphée met en place une procédure unique pour les professionnels en santé qui souffrent de troubles chroniques du sommeil.

En plus de la possibilité d'évaluer son sommeil et d'obtenir un pré-diagnostic d'orientation via le questionnaire du sommeil en ligne⁽⁶⁾, le Réseau Morphée met à disposition des professionnels en santé **une ligne téléphonique dédiée**. Composée de médecins et de psychologues spécialistes du sommeil, l'équipe de coordination du réseau a pour mission de répondre aux soignants en demande d'une prise en charge urgente et leur proposer une orientation adaptée.

Toutes ces informations sont accessibles *via* l'annuaire inscrit sur le site internet asso-SPS du réseau national du risque psychosocial.

Pour trouver un spécialiste du sommeil :

<http://reseau-morphee.fr/troubles-sommeil/prise-charge>

Le chiffre

48%

des professionnels en santé pensent que la souffrance psychologique pourrait impacter la qualité des soins au point de mettre en danger les patients.

Étude SPS, données internes – <http://www.asso-sps.fr/etudes.html>,
Deuxième étude Stethos (fin 2016)
« Attentes des professionnels de santé en cas de souffrance psychologique ».

(1) 70 psychologues, 17 médecins généralistes et 8 psychiatres formés par SPS ; 64 psychiatres et 387 psychologues civils formés à la gestion de l'état de stress post-traumatique pour le Service de Santé des Armées ; 6 psychiatres, 125 psychologues et 11 médecins du travail pour le réseau Souffrance & Travail ; psychiatres pour le réseau Morphée.

(2) Agréés par le comité scientifique de SPS.

(3) Réalisées par Marie Pezé ou Jean Louis Terra (voir encadré).

(4) www.souffrance-et-travail.com

(5) <http://reseau-morphee.fr>

(6) Accessible 24h/24 et 7j/7 de manière anonyme et gratuite ; application mobile Asso SPS téléchargeable gratuitement sur smartphone via Apple Store (iOS) ou Google Play Store (Android).



L'association Soins aux Professionnels en Santé (SPS) a pour origine le rassemblement d'un groupe d'experts souhaitant partager et défendre la santé des professionnels de santé rendus vulnérables. Son objectif est de susciter une véritable prise de conscience et de proposer des actions concrètes pour optimiser leur parcours de santé, notamment le repérage, l'orientation et la prise en charge des professionnels de santé en souffrance. Elle organise tous les ans un colloque national qui rassemble des personnalités du monde de la santé souhaitant partager leurs expériences et les actions engagées en faveur de la protection des soignants vulnérables.

Plus d'informations : www.asso-sps.fr

Avec le soutien institutionnel du groupe  Pierre Fabre *

*Pour la 1^{re} journée d'ateliers et d'échanges du 6 octobre.