Programme de Formation

Travailler la nuit : entre mythes et réalités

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout professionnel des secteurs sanitaire, éducatif et social

Objectifs pédagogiques

Être en mesure d'adapter ses interventions au contexte nocturne en vous inscrivant dans le cadre d'un travail d'équipe harmonieux.

Adopter de meilleures habitudes concernant le sommeil, l'alimentation

Description

La nuit, les institutions d'accueil ou de soins doivent pouvoir assurer sécurité, apaisement, confiance, repos et sommeil. Le professionnel exerçant entre le coucher et le lever du jour s'attache alors à développer des compétences spécifiques : une capacité relationnelle, une écoute et une aide psychologique adaptées aux demandes et angoisses parfois amplifiées sous le signe d'Hypnos. Le travailleur de nuit, conscient de sa singularité, œuvre aussi à la continuité des prises en charge réparties sur l'ensemble du nycthémère.

Connaître la chronobiologie du sommeil et sa répercussion sur l'hygiène de vie

- Les 4 stades du sommeil lent, leurs fonctions.
- La phase de sommeil paradoxal et sa fonction.
- Les perturbations des rythmes du sommeil, leurs manifestations : quel décodage ?
- Altération de la qualité du sommeil : psychotropes, émotions, stress, nuisances environnementales.

Comprendre les besoins de l'usager, la nuit

- Analyse de ses besoins face à :
  - l'angoisse et la mort.
  - la solitude.
  - la souffrance physique et morale.
  - la crise : agitation, agressivité, tentative de suicide.
- Notions essentielles sur la grille de sommeil et la différenciation individuelle du besoin de sommeil.

Développer et analyser les spécificités du travail de nuit

- La symbolique de la nuit.
- Ses choix et/ou ses impératifs à travailler la nuit.
- Hygiène de vie, quelles habitudes ?
- Etre en sécurité, être sécurisant.
- Les moyens humains et matériels.
- L'observation.
- Les connaissances.
- L'organisation du travail et des stratégies en lien avec les équipes de jour.

Réfléchir à l'intégration du travail de nuit dans le travail de l'équipe et les projets de prise en charge

- Le dossier de consignation des actes.
- Articulation du travail de jour et de nuit.
- Les activités à médiation ou thérapeutiques du soir.

Prérequis

Aucun

Modalités pédagogiques

Nos méthodes pédagogiques s'articulent selon deux axes :

- Une activité cognitive pour l'acquisition des connaissances théoriques et pratiques, associée à une démarche interactive et participative, elle engage les participants à co-construire avec l'intervenant la dynamique du processus pédagogique.
- Une analyse des pratiques professionnelles : basée sur l'étude de cas et situations cliniques, elle favorise l'intégration des contenus à travers le partage des expériences.

Moyens et supports pédagogiques

Nos supports pédagogiques reposent sur des références actualisées (scientifiques, réglementaires, organisationnelles, méthodologiques, etc).

Modalités d'évaluation et de suivi

Un dispositif adaptable d'évaluation est mis en place en fonction des besoins et demandes spécifiques du client :

- Questionnaire en amont pour cerner les attentes et besoins du/de la stagiaire.
- Évaluation des connaissances au début de la formation.
- Évaluation des acquis en continu : quiz, questionnaires, étude de cas, mises en situation.
- Évaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'un certificat de réalisation.
- Questionnaire individuel de satisfaction.
- Questionnaire « à froid » 3 mois après la formation (dispositif optionnel)