

MIEUX VIVRE MON ACTIVITE D'ORTHOPHONISTE, DE PSYCHOMOTRICIEN

2 jours pour construire un équilibre professionnel qui me convient

Cette formation n'a pas vocation à intervenir sur le champ de la pratique orthophonique ni psychomotricienne d'un point de vue technique. Elle n'est pas réalisée par des professionnelles du métier mais a été construite avec leur collaboration. Plénisphère, spécialisé dans la formation et l'accompagnement de publics dans l'ajustement de leurs postures professionnelles, a construit ce module et l'anime en partenariat avec une orthophoniste référente.

"Notre rôle de professionnel de santé nous tourne tout naturellement vers l'autre. Mais qu'en est-il de NOUS, notre place de soignant pris dans l'entrelacs de relations aussi enrichissantes que contraignantes pour certaines? Nos patients, l'entourage familial de ceux-ci, les médecins, les écoles....

Comment (re)trouver le plaisir d'un métier passionnant tout en gérant les contraintes liées au temps, à l'argent,...?

Comment se ménager un confort de travail dans le respect de soi ET de l'autre?

Nous vous proposons de vous accompagner dans ces questionnements autour de 3 axes :

- la valeur du temps
- la valeur de mon travail,
- ma valeur,

et ainsi de vous permettre de redéfinir votre cadre de travail orienté vers un mieux-être professionnel."

Les objectifs de cette formation sont de permettre aux participants de :

- Mieux vivre mon quotidien d'orthophoniste/de psychomotricien.
- Se libérer des tensions engendrées par mon activité.
- Mieux se connaître pour développer mon estime de moi.
- Construire le cadre de mon activité et s'assurer de son respect.
- Développer une « autorité » saine.
- Comprendre l'environnement au sein duquel j'évolue.
- Donner une juste valeur à mon travail.
- Valoriser mon temps.
- Agir sur les leviers de la légitimité.
- Interroger mes croyances et lever des contraintes.
- Identifier les sources de tension, les comprendre pour agir avec sérénité.

Aborder tous ces éléments avec une approche systémique est un gage de réussite pour mieux vivre son quotidien professionnel.

C'est ce que nous vous proposons dans cette formation « Mieux vivre mon activité d'orthophoniste/psychomotricien ».

L'esprit de la formation :

Ce subtil et délicat équilibre permettant de mieux vivre son activité professionnelle est difficile à trouver et à maintenir. Il est parfois chahuté par des éléments extérieurs à la relation de soin avec ses patients. Cela peut prendre la forme de tension avec l'entourage des patients, la nécessité de répondre à des obligations administratives, la cohabitation et la collaboration entre les différentes parties prenantes, la prise en compte de ses propres besoins, des comportements inappropriés et peu respectueux...

Tous ces éléments représentent des dysfonctionnements qui provoquent une perte de « Puissance », un recul de la « Permission » et un manque de « Protection ».

Puissance – Permission – Protection : 3 leviers sur lesquels nous vous proposons d'agir

La Puissance qui consiste à développer la capacité de chacun, à maintenir un niveau régulier et constant de motivation, d'affirmation de soi. C'est le gage d'un bien-être et d'un bon équilibre émotionnel au travail.

La Permission permet d'exprimer avec aisance les différents points de vue et désaccord, l'autorisation de s'engager dans de nouvelles voies et/ou modes de pratiques, permet l'initiative et de se donner le droit à l'erreur. C'est l'origine du dynamisme et de la créativité. C'est à cet endroit que naissent les idées, les solutions les plus efficaces et souvent les moins coûteuses.

La Protection représente le cadre sécuritaire et de confort dans lequel chacun à besoin d'évoluer et de se sentir serein dans son activité. Dans ce cadre régi par des règles de fonctionnement, sont autorisés le contrôle et interdit les comportements nuisibles.

L'équilibre entre la Puissance, la Permission et la Protection sont les boosters de l'épanouissement individuel, pour vivre positivement et pleinement son activité professionnelle.

Notre organisation professionnelle personnelle dépend de qui nous sommes ! Avant d'avoir accès à une méthodologie et d'être en action, un temps est donc dédié au diagnostic de notre environnement, à la connaissance de soi pour comprendre quel orthophoniste/psychomotricien nous sommes et quel orthophoniste/psychomotricien nous pouvons et souhaitons devenir.

Programme détaillé

2 jours de formation espacés d'un temps d'expérimentation.
(Un temps d'échange et de supervision inter séances est possible si les participants en éprouvent le besoin).

La spécificité de notre approche

Parce que nous considérons qu'une multitude de paramètres interviennent dans la pratique d'une activité professionnelle libérale et impactent les différentes parties prenantes, que ces paramètres sont interdépendants, nous interviendrons au cours de cette formation sur différents niveaux logiques **dans une approche systémique.**

Nous transmettrons la méthodologie systémique suivante à chacune des participantes en fil rouge de cette formation.

Nous interviendrons sur les niveaux suivants :

- ☞ **Le niveau personnel.**
- ☞ **Le niveau relationnel.**
- ☞ **Le niveau organisationnel.**
- ☞ **Le niveau culturel.**
- ☞ **Le niveau d'énergie : niveau transversal aux 4 autres.**

Chacun des 5 niveaux joue un rôle déterminant dans l'efficacité du travail de chacun, c'est pourquoi il est inefficace de n'intervenir que sur un seul champ : Intervenir uniquement sur le niveau relationnel par exemple, en clarifiant des techniques de communication et des règles de fonctionnement..., resterait largement insuffisant pour permettre à des individus d'interagir et de collaborer efficacement.

Notre intervention sur les 5 niveaux

Notre pédagogie et nos apports ont pour objectif d'aborder toutes les difficultés qui peuvent apparaître : par exemple les retards, des annulations de rdv, des difficultés ou des retards de paiement, des exigences administratives anxiogènes et chronophages... Un orthophoniste/psychomotricien est régulièrement confronté à des situations impliquant plusieurs acteurs d'un système (Parents, famille, médecin, école, banque, comptable, psychologue, collègue...). Les difficultés énoncées en exemple ci-dessous peuvent surgir et générer des dysfonctionnements durables. Notre approche consiste à veiller à apporter une posture et des techniques afin de préserver une atmosphère de travail optimale tout en maintenant l'efficacité de l'activité.

Niveau culturel	Niveau organisationnel	Niveau relationnel	Niveau personnel
<p>Concerne la culture et les habitudes de chaque acteur, mais aussi la vision que chacun porte à son métier et la vision que les autres acteurs en ont, et ce que chacun y donne comme sens.</p> <p><u>Exemples de difficultés au niveau culturel :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Connaissance peu développée des métiers d'orthophoniste, de psychomotricien à l'extérieur. • Souffrir d'une image de « super instit » ou « super prof » et non de soignant. • Manque de cohérence entre la vision que j'ai de mon métier, ma motivation à l'exercer et l'image que je renvoie. • ... 	<p>Concerne la répartition des rôles, les responsabilités et le périmètre d'intervention des acteurs, la prise d'initiative, le respect des limites et du cadre...</p> <p><u>Exemples de difficultés au niveau organisationnel :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Manque de cadre protecteur pour tous au détriment d'un bon fonctionnement. • Absence ou non respect de règles de fonctionnement. • Organiser son planning de manière à gérer les temps : <ul style="list-style-type: none"> - de consultations, - de réponses au téléphone, - de compte-rendu de bilan, - de comptabilité - de démarches administratives - ... • Décisions difficiles à prendre : <ul style="list-style-type: none"> - Faire payer les séances non réalisées du fait du patient. - Garder ou non la place des patients lorsqu'ils ne viennent pas. - Limiter son nombre de patients... - ... • ... 	<p>Concerne la qualité des relations au sein d'un groupe.</p> <p><u>Exemples de difficultés au niveau relationnel :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ne pas oser dire, perte de la parole libre. • Ne pas oser se positionner. • Ne pas oser demander. • Résister aux pressions des parents, des enseignants,... • Absence de réaction ou réactions inappropriées face aux rdv manqués, annulés (ou pas). • Manque de lien avec les médecins. • Sentiment de manque de ressources et d'appuis. • Subir la relation du fait d'un manque d'estime de soi. • ... 	<p>Concerne le bien-être et la motivation de chaque personne dans l'exercice de sa fonction.</p> <p><u>Exemples de difficultés au niveau personnel :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sentiment d'urgence lié au manque de temps. • Sentiment d'être mis à une place à laquelle on ne veut pas être (donneur de recettes miracles). • Sentiment de manque de reconnaissance. • Sentiment de ne pas gagner ma vie de manière juste. • Douter de la valeur de mon travail, de la valeur de mes actions. • Douter de ma légitimité. • Ma relation à l'argent. • ...

Niveau d'énergie (transversal aux 4 autres)

Quantité d'énergie disponible pour travailler efficacement, ce niveau est transversal aux autres.

En effet, plus la vision est partagée, plus l'organisation est efficiente, plus les relations entre les membres sont transparentes, constructives, plus les personnes se sentent motivées et bien à leur place dans leur fonction ⇒ plus l'énergie disponible pour travailler ensemble augmente.

Dysfonctionnement en terme d'énergie : Déployer un maximum d'énergie pour obtenir une toute petite avancée, exemples :

- Perte d'énergie et de temps du fait des annulations.
- Rapport Temps/Energie consacrée aux équipes éducatives.
- Rapport Energie / Bénéfice patient dans la rédaction des comptes-rendus de bilan.
- Energie perdue liée au temps passé entre l'identification d'un besoin et la demande permettant d'y pallier
- Différence entre le temps nécessaire et le temps ressenti pour :
 - La gestion de ma structure
 - La pratique de mon métier
- ...

L'approche systémique est une des clés de la pédagogie et du contenu de l'animation.

Cette démarche a pour objectif d'ouvrir le cadre de référence des participants et de permettre l'appropriation de cette lecture d'un système, d'une équipe...

Ainsi, le développement d'une vision systémique donnera accès à une meilleure prise de recul et à la prise de décisions plus justes.

Les deux journées de formation

Les différents temps de la formation seront rythmés par :

- Les apports théoriques.
- La confrontation avec le quotidien du participant (maintien de la confidentialité).
- La mise en situation d'analyse et de diagnostic.
- L'identification d'axes d'amélioration personnalisés et de moyens d'action.
- La remise de fiches outils et concepts.

Ce programme assure la confidentialité de la production de chacun des participants entre eux.

Première journée

Temps 1 : Moi et mon « écosystème », l'environnement dans lequel j'évolue

Les objectifs de ce temps sont de :

- ↻ Analyser et comprendre mon « écosystème ».
- ↻ Me former à une méthode d'analyse systémique.
- ↻ Connaître mes points d'appui pour les maintenir.
- ↻ Identifier les axes sur lesquels je dois mener réorienter mon action.

Contenu :

- La méthode d'analyse 5 niveaux.
- Moi, mon comportement (mes freins, mes motivations,...).
- Moi et les relations professionnelles (patients et leur entourage, autres professionnels de santé, école, ...).
- Moi et mon organisation (mes obligations administratives, déclaratives, comptables, les rdv extérieurs, les équipes éducatives,...).
- Moi et mon environnement culturel (confrontation interculturelle parent, enfant, éducation nationale, banque, corps médical,...).
- Moi et l'énergie que nécessite mon activité (la gestion de mes temps de travail, de mes disponibilités, ma charge mentale).

Réalisation d'un diagnostic individuel pour identifier mes pistes d'actions.

Temps 2 : Moi et mon activité d'orthophoniste, de psychomotricien.

Les objectifs de ce temps sont de :

- ↳ Clarifier mes missions.
- ↳ Clarifier mon périmètre d'intervention et de responsabilité.
- ↳ Identifier mon juste niveau d'engagement et d'implication.
- ↳ Me former à une méthode d'analyse de mon impact émotionnel vécu.
- ↳ Identifier et comprendre les impacts émotionnels pour chacune des missions que comporte mon activité d'orthophoniste, de psychomotricien.

Contenu :

- Les missions de l'orthophoniste, du psychomotricien.
- Les impacts du niveau d'engagement dans mon activité.
- Cartographier mon activité.
- Apport théorique : Le concept de FLOW et ses applications.
- Les impacts émotionnels et leurs conséquences.

Réalisation d'un diagnostic individuel pour identifier mes pistes d'actions.

Transition et introduction à la matrice ATA.

Temps 3 : Décider et agir.

Ce temps s'appuie sur les synthèses de production des temps 1 et 2.

Les objectifs de ce temps sont de :

- ↳ Prioriser les axes sur lesquels je souhaite améliorer ma pratique.
- ↳ Clarifier un objectif d'action pour mieux vivre mon activité de d'orthophoniste ou de psychomotricien.
- ↳ Décider pour agir.

Contenu :

- Cartographier ses axes d'amélioration.
- Le triangle ATA, outil d'aide à la décision.
- Choisir et prioriser ses axes d'amélioration.
- Concrétiser un objectif.
- La stratégie des petits pas.

Temps 4 : Identifier les moyens d'action pour mieux vivre mon activité d'orthophoniste, de psychomotricien.

Les objectifs de ce temps sont de :

- ↳ Clarifier les moyens d'action, faire preuve créativité tout en restant réaliste.
- ↳ Veiller obligatoirement au respect de toutes les parties, du cadre légal et thérapeutique.
- ↳ S'engager pour agir.

Contenu :

- Evaluation des enjeux, des limites pour agir.
- Le cadre et mon rapport au cadre.
- « Ce que je décide ».

Chaque participant à la possibilité de contacter le formateur accompagnant entre les deux journées de formation pour partager une réflexion avant d'engager une action. Ce temps d'échange n'est pas un temps d'ingérence, de substitution à la prise de décision de la part du formateur accompagnant.

Ces échanges sont et resteront confidentiels.

Deuxième journée

Temps 5 : Consolidation, ancrage durable.

Ce temps est nécessaire pour à la fois, réaliser un retour d'expérience et pour mesurer les impacts sur deux niveaux :

- Ma personnalité.
- Les conditions de ma pratique professionnelle.

Ce temps sera ponctué d'apports théoriques et pragmatiques pour progresser. C'est un temps à vocation opérationnel afin d'élaborer collectivement et individuellement des solutions pour agir en respectant un cadre éthique et légal.

Les objectifs de ce temps sont de :

- ↻ Travailler sur la base des retours issus de la période d'expérimentation.
- ↻ Analyser les freins et les accélérateurs.
- ↻ S'enrichir d'apports théoriques pour comprendre et illustrer.
- ↻ Réaliser une démarche durable.

Contenu :

- Les différents niveaux d'exploitation d'un retour d'expérience.
- Les impacts opérationnels et personnels sur mon action.
- Le triangle vertueux.
- La démarche que je mets en place.
- La reconnaissance.

Temps 6 : Evaluation et clôture de la formation.

MIEUX VIVRE MON ACTIVITE D'ORTHOPHONISTE, DE PSYCHOMOTRICIEN

Modalités de formation

Durée

2 jours espacés d'un temps d'expérimentation.

(Soit 14 Heures de présentiel avec mise en pratique et retour d'expérience).

Prix

350 € Net / personne.

(150 € à l'inscription, le solde la première journée de formation).

Dates

Première journée :

Vendredi 15 mars 2019

Deuxième journée :

Vendredi 5 Avril 2019

Nombre de places

15 pers. max

La formation « Mieux vivre mon activité d'orthophoniste, de psychomotricien » ouvre à partir de 10 participants. Dans un souci d'efficacité et pour que le processus d'appropriation soit le plus impactant possible, la formation est limitée à 15 personnes.

Pour qui

Orthophonistes et psychomotriciens exerçant tout ou partie de leur activité en libéral.

Lieu

Bordeaux

(Adresse précisée sur la convocation)



Inscription et renseignements complémentaires :

Contact : Emmanuel Plumas – e.plumas@plenisphere.fr - 06 27 85 64 19

Responsable Pédagogique : Jean-Pierre Perrin-Serres – jp.perrinserres@plenisphere.fr - 06 13 98 76 84