

Module STRESS : le stress au travail

Présentation

Les risques Emergents dans le cadre de la Sécurité et Santé au travail sont devenus une réalité certaine. Et les risques majeurs peuvent être de diverses catégories : risques classiques biologiques, physiques, chimiques. Les Chiffres disponibles sur cela sont à la fois édifiants et alarmants pour 22 % des salariés (5 % de victimes de harcèlement et 5 % de violence physique). Dans la réalité, les conséquences se traduisent en termes de Stress, Souffrance psychique, Harcèlement moral, violence, suicide...

Ce module traite de ces questions en les mettant en rapport avec la productivité sollicitée du travailleur. Ainsi, le concept du stress va être abordé sa définition et le partage sur ses enjeux en termes de problèmes de santé, d'incidence sur le rendement et de conflits dans le cadre de la relation de travail. Il constitue en cela un important défi à la fois individuel et collectif.

Approche pédagogique

Le cours sera présenté sous forme de cours magistral, de brainstorming, d'exposés et échanges d'expériences, sans oublier des travaux de groupe. Cette approche se basera sur les facteurs de risque avec des modèles explicatifs, notamment sur le plan *médicopsychologique*

Contenu

On ne peut supprimer le stress, ni vivre sans stress! Il faut juste comprendre qu'il existe **Stress** un **Normal ou Positif** qui a un effet Galvanisant, Stimulant, Mobilisateur d'énergie. Mais à côté, il y a aussi un **Stress Dépassé ou Négatif** qui est inhibiteur tout en devenant source de malaise et éventuellement de problèmes sanitaires et sociaux.

Cette formation montrera que les facteurs de stress s'accumulent et/ou qui durent dans le temps. Ce module aidera à reconnaître les signes et les manifestations. L'intérêt est d'arriver à déceler le cercle vicieux du stress avec les complications éventuelles. Enfin, il sera abordé les principes fondamentaux de la gestion du stress ou niveau individuel et collectif en termes d'équilibrage des relations interpersonnelles et d'organisation cohérente du travail.

Public

Praticiens, professionnels, associations/ONG, collectivités locales, gestionnaires de programmes, gestionnaires d'établissement sanitaires, etc.

Responsables : Dr Badara SYLLA