



CONSTAT INITIAL

La qualité de vie au travail dans les établissements de santé est devenu une préoccupation incontournable pour beaucoup de professionnels. Épuisement, mal-être... autant de maux qui peuvent être en lien avec des conditions de travail stressantes, amplifiées par des mutations et des changements auxquels sont confrontés soignants, médecins et administratifs dans les organisations, mais également dans notre société. Comment lutter contre cette souffrance ?

En améliorant la cohésion et la collaboration entre les salariés, issus de différents services, en tissant des liens entre eux dans un autre cadre que celui du travail. Cette réponse, proposée par l'équipe Match !, s'appuie sur l'expérience acquise lors d'un précédent programme initié par Julien Dubreucq (C3R Grenoble), RemedRugby, qui s'appliquait aux patients atteints de schizophrénie.

SOLUTION ENVISAGÉE

Le projet Match combine des modules de techniques d'affirmation de soi avec des séances d'entraînement au *touch rugby*, ou rugby touché.

La choix de cette discipline permet d'éviter les contacts violents, afin de rester dans une pratique ludique. Plus généralement, le sport a des bienfaits sur la santé des pratiquants, ainsi que sur leur sens de la communication.

Ces entraînements seront accompagnés de séances de formation à l'affirmation de soi, couplant théorie (état d'esprit, techniques communicationnelles...) et pratique (mises en situations professionnelles avec du jeu de rôle). Chaque participant sera invité à auto-évaluer son vécu face au stress professionnel, à l'aide d'un questionnaire.

POINTS FORTS • Démarche de santé publique • Potentielle baisse de l'absentéisme • Meilleure prise en charge des patients par un personnel dynamique • Participation du projet à l'attractivité de l'AHSM • Travail avec des psychologues et des éducateurs sportifs • Dépassement des frontières entre services (groupes constitués de manière transversale)

INDICATEURS • Engouement lors du match de gala • Expérience des porteurs du projet acquise lors de RemedRugby, avec de nombreux contacts déjà établis • Questionnaire basé sur les échelles d'affirmation de soi de Rathus et d'estime de soi de Rosenberg.



CHALLENGES

- Adaptation de l'expérience du RemedRugby – dispositif pour les patients – au profit des salariés
- Remobilisation de l'équipe pour constituer le dossier pour les Pépites, avec un travail de réflexion, de bibliographie et de rédaction
- Réflexion collective pour établir le questionnaire d'auto-évaluation

PERSPECTIVES

- Transposition du projet aux autres établissements de l'ASHM
- Adaptation possible à d'autres pratiques sportives
- Intégration de ce programme dans le cadre d'une recherche scientifique
- Création d'un programme « Sport et affirmation de soi », généralisable à d'autres structures médico-sociales, voire à des entreprises privées ou des associations

PARTENAIRES POTENTIELS

Différents partenaires avaient collaboré lors du projet RemedRugby (initié par le C3R de Grenoble). Les porteurs souhaitent renouveler ces contacts :

- Mairies de Clermont-Ferrand et Volvic
- Services internes de l'ASHM (cuisine, logistique, transport, communication...)
- Médias locaux



Association Hospitalière
SAINTE-MARIE 190 ANS

Contact projet : Benjamin Arnaud, psychologue et psychothérapeute au CHSM Clermont-Ferrand, benjamin.arnaud@ahsm.fr

En savoir plus sur RemedRugby : Dr. Legrand, Médecin-chef, CHSM Clermont-Ferrand, guillaume.legrand@ahsm.fr

Contact presse : Thomas Miquel, chargé de communication du CHSM Clermont-Ferrand, thomas.miquel@ahsm.fr