



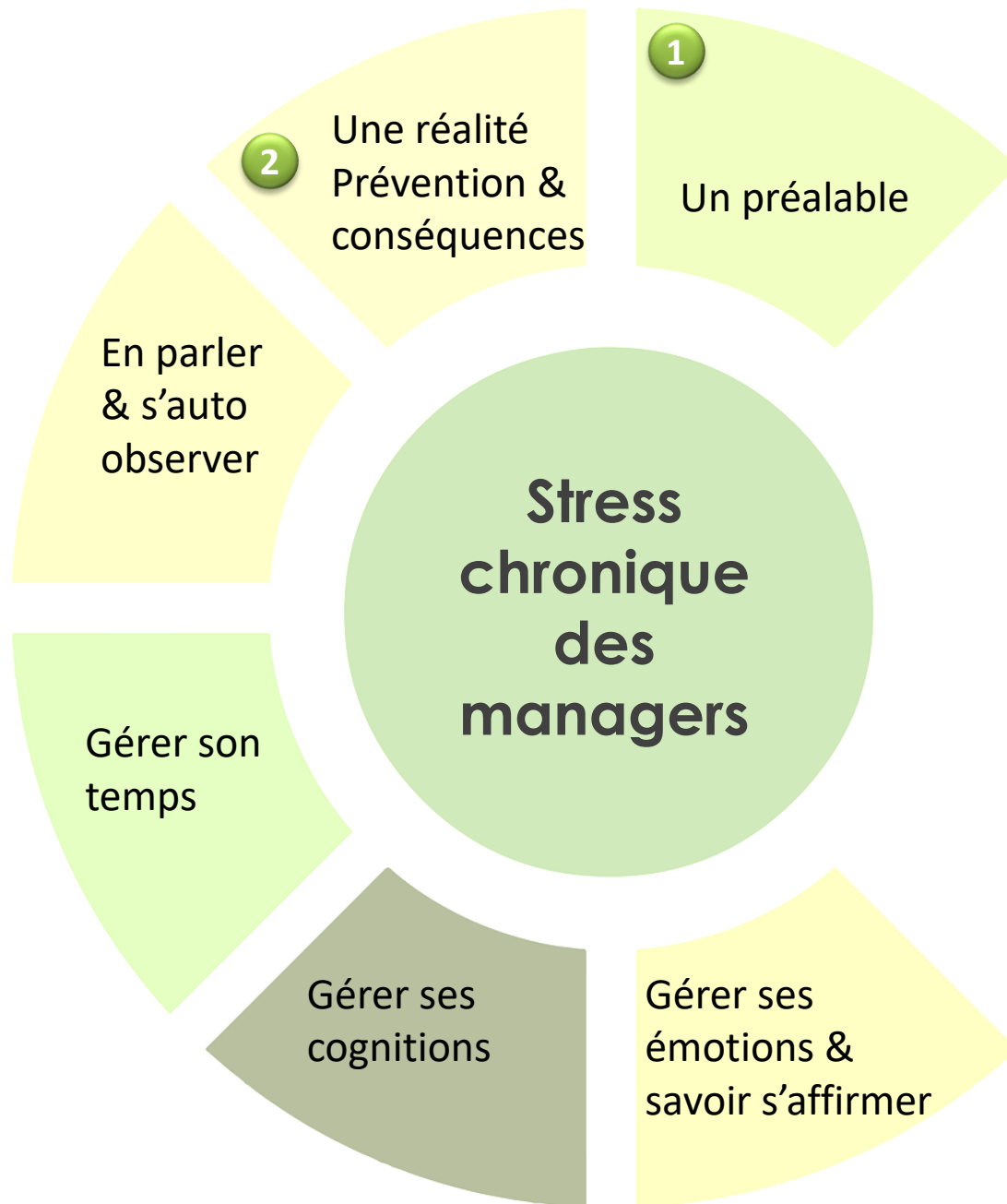
LE STRESS CHRONIQUE DES MANAGERS

Une réalité et les moyens d'y faire face

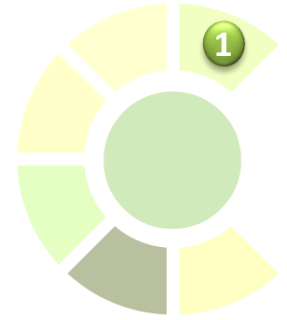
Célia Chérèches - Psychologue du travail



29 janvier 2019



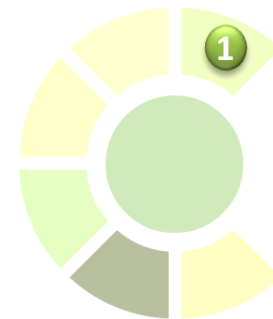
Un préalable...



Travail puissant opérateur de santé

- ⇒ Vecteur d'identité
- ⇒ Sens (produire, contribuer, développer)
- ⇒ Accomplissement, dépassement de soi
- ⇒ Développement des capacités et compétences
- ⇒ Construction de soi et de l'autre

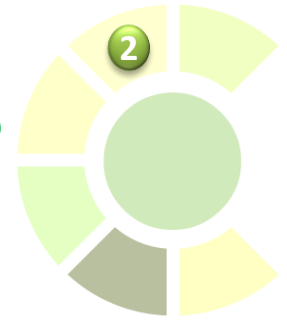
★ LE TRAVAIL, C'EST LA SANTÉ: ★



L'Homme a besoin de travailler!
Son travail est sa fierté, son épanouissement, son statut,
sa joie de se lever à l'aube chaque jour...



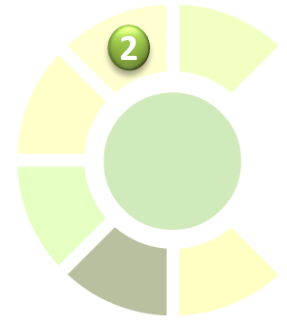
Souffrance des directeurs et cadres : une réalité



Facteurs de risque importants

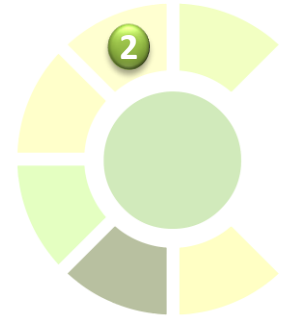
- Charge de travail et responsabilités accrues
- Stratégie, coordination et responsabilités opérationnelles
- De tous les dossiers : économiques, juridiques, techniques, managériaux, stratégiques...
- Présent pour les équipes, les pairs encadrants, répondre aux sollicitations multiples...
- Un poste qui isole

Multiplicité des tâches et responsabilités



Gestion du personnel

- . des relations avec les autorités de tutelle
 - . des relations avec les résidents et leurs familles,
 - . des risques
 - . financière et comptable
 - . de la communication
 - . des fournisseurs, entretien et mise aux normes des locaux
 - . de la qualité avec des audits internes...
-
- . commercialisation de l'établissement
 - . garant de l'absence de maltraitance
 - . rencontres régulières : équipes, résidents, proches



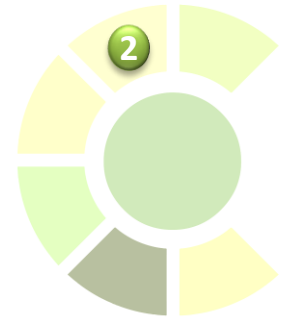
Le stress professionnel est devenu le **1^{er} risque** pour la santé des travailleurs Agence européenne de sécurité et de santé au travail, 2012

1 cadre sur 3 dit subir un stress régulier au travail qui se traduit pour 65% des managers par un effet négatif sur leur santé

2 cadres dirigeants sur 3 disent subir un stress régulier dans leur travail

Sources de ce stress : **52% des managers & 50% des directeurs & DRH-RRH** ⇒ charge de travail

CEGOS 2017



Managers "empêchés" : essentiel du temps consacré à des tâches de gestion administrative

CEGOS 2017

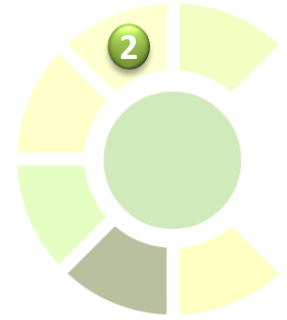
Niveaux de stress (échelle MSP) ⇒

24 % des Cadres touchés par l'hyperstress
Femmes + touchées que les hommes

Les taux d'hyperstress varient selon les secteurs d'activité.
Secteur santé humaine et actions sociales apparaît
comme souffrant davantage du stress 42%

Stimulus 2017

La prévention du stress



PRIMAIRE

Facteurs de risques

Evaluation, implication des partenaires, actions correctives

SECONDAIRE

**Résistances
Stratégies d'adaptation**

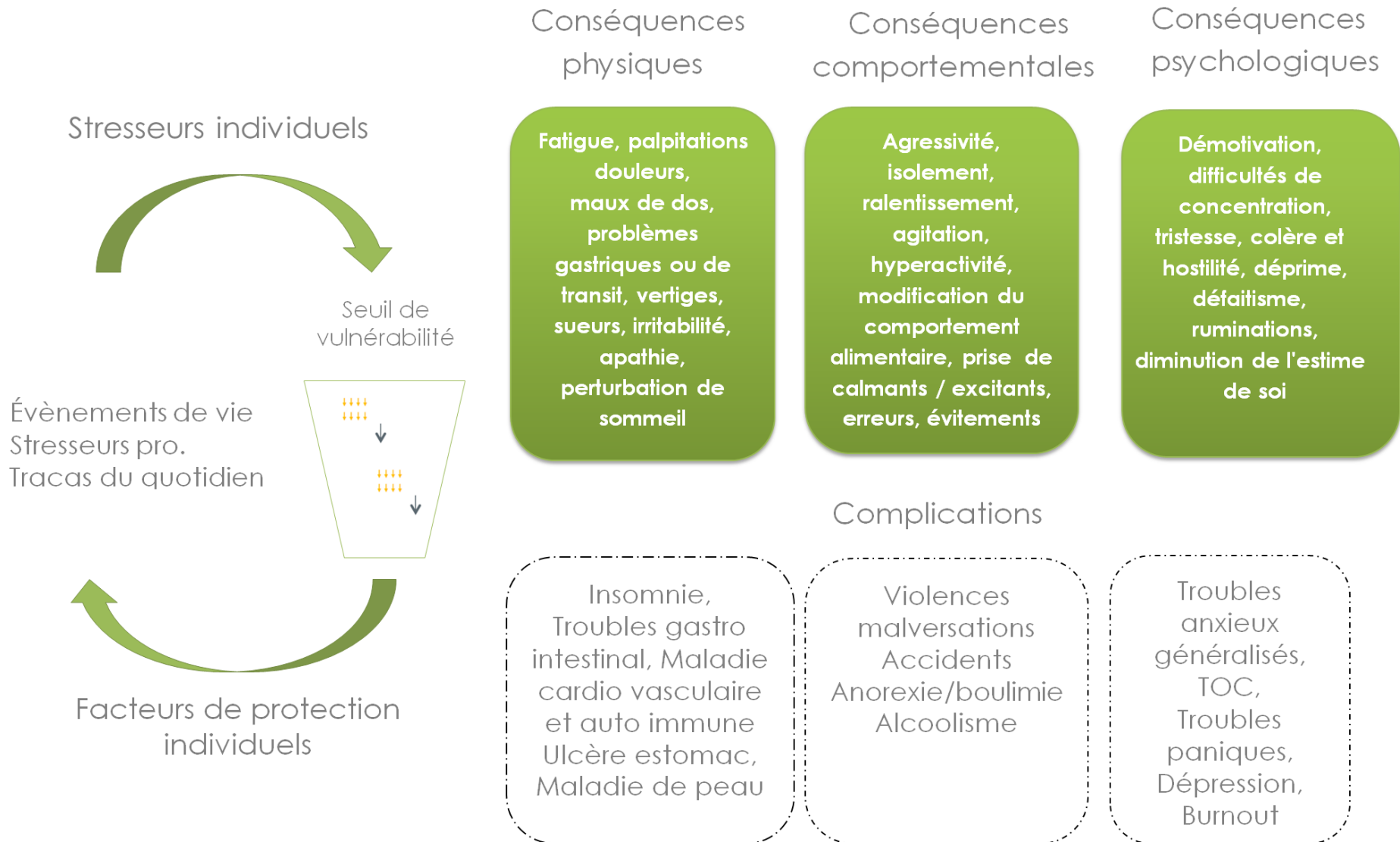
Modérateurs de stress
Réduire les contraintes personnelles
Gérer ses émotions
Gérer son temps
S'avoir s'affirmer
Gérer ses cognitions

TERTIAIRE

**Conséquences
Rechutes**

Prise en charge hors SSTI

Les conséquences du stress



Les moyens d'y faire face



En parler
S'auto-observer
S'outiller



La santé au travail, c'est l'affaire de tous.



Merci de votre attention



Célia Chérèches - Psychologue du travail

