

Travailler la nuit

Public

Professionnels du secteur social, médico-social et sanitaire travaillant de nuit.

Prérequis

Aucun.

Objectifs

Appréhender l'importance du travail éducatif et thérapeutique la nuit.

Apprendre à être disponible, à l'écoute et à rassurer dans le contexte de la nuit qui favorise les angoisses et les états d'agitation.

Connaître les spécificités du travail de nuit et ses répercussions.

Programme (adaptable en fonction de vos besoins)

Les écueils du travail de nuit

- Les difficultés relationnelles entre les équipes de jour / de nuit.
- Le sentiment d'insécurité, la peur de l'erreur.
- Fatigue et vigilance.
- Violence et agressivité la nuit.
- Sécurité et réassurance des résidents.

Le travail de nuit : un moment privilégié

- Un temps privilégié : relation, écoute, accompagnement éducatif.
- La relation d'aide la nuit.
- Les difficultés de sommeil : quelques moyens pour se détendre avant la nuit ; aider à se relaxer ; la lecture, les contes, le rituel.
- Gérer la sexualité : le respect de l'intime.
- Être à l'écoute de la situation chaque jour, repérer les signes avant-coureurs.
- Le travail de nuit choix ou contrainte ?
- L'impact du choix.

La nuit, source de stress

- Apprendre à gérer son stress et son anxiété pour gérer le stress et l'anxiété des résidents.
- Connaître le stress et ses effets.
- Les effets perturbateurs du travail de nuit.
- L'angoisse de la nuit.
- L'agitation et la peur.
- La peur de la mort.
-

Le travail de nuit et les risques psychosociaux

- Le sommeil et la santé.
- Les effets psychosociaux du travail de nuit.
- Hygiène de vie pour une meilleure santé.
- Sommeil et alimentation.
- Rythme et vie sociale.

Méthodes et modalités pédagogiques

En présentiel.

Recueil des attentes.

Tour de table.

(Exemples :

Apports théoriques.

Echanges à partir de situations apportées et d'expériences vécues par les professionnels.

Méthode interactive favorisant l'expression des stagiaires.

Modalités et délai d'accès

Modalités et délai d'accès à la formation : ces informations sont transmises aux apprenants par l'employeur en amont de la formation.

Délai de mise en place de la formation : 10 jours minimum à partir de la planification des dates.

INTRA/Sur-Mesure

Durée : 2 jours (14 heures)

Intra

Lieu : dans votre structure

Dates et coût : nous contacter.

Sur-mesure

Vous souhaitez adapter ce programme à vos besoins ? Contactez notre équipe pédagogique dont la spécialité est la conception de solutions de formation sur-mesure.

Animation

Formatrice, infirmière DE.

Nombre de participants

Min : 3 | Max. : 12

Modalités d'évaluation

Evaluation de l'atteinte des objectifs en début et en fin de formation.

Evaluation de satisfaction.

Votre contact

Pôle Formation Continue, Conseil et VAE

Hélène TESSON

02 47 62 33 36

formation.continue@its-tours.com

Pour l'accueil des personnes en situation de handicap, vous pouvez adresser vos questions à l'adresse : referent.handicap@its-tours.com

N° de Déclaration d'Activité : 24 37 00082 37

Ce numéro ne vaut pas agrément de l'État.

Mise à jour du 02/02/26 v2