

## PROPOSITION DE FORMATION

### INTERVENIR SANS S'ÉPUISER EN RELATION D'AIDE

#### Objectifs :

- Comprendre les enjeux liés à l'épuisement des intervenants en relation d'aide
- Comprendre les notions de traumatisme secondaire, vicariant et fatigue de compassion
- Connaître les mécanismes impliqués dans le développement de l'épuisement spécifique à la relation d'aide (sensibilité au non verbal, stress empathique, compassion, labeur émotionnel)
- Se donner quelques pistes de solutions pour prévenir

#### Contenu:

Dans l'exercice de leurs fonctions, les intervenants peuvent faire face à trois types d'exposition aux événements potentiellement traumatiques : l'exposition primaire, secondaire ou vicariante (Figley, 1982; Figley 1995). Certaines études parlent d'un taux d'exposition pouvant atteindre 70% dans certains milieux (Arthur et al., 2003, Geoffrion 2013). Hors, la chronicité de cette exposition peut entraîner la détresse psychologique et des biais cognitifs négatifs chez l'intervenant (McCann & Pearlman, 1990; Pearlman & Saakvitne, 1995; Thoits, 1999). Ces deux éléments peuvent en retour limiter le développement de stratégies d'adaptation utiles à la gestion du stress (Follette et al., 1994).

Qu'est-ce que ces différents types d'exposition? Y a-t-il un moyen de les prévenir? Quelles pistes s'offrent à l'intervenant et à son milieu? A quoi sont-exposés les intervenants? La présente formation se veut un début de prise de conscience pour une prise de pouvoir des individus et des organisations.

#### Plan à titre indicatif:

- A) Quels défis le travail d'intervenant nous emmène-t-il au quotidien?
- B) Quels sont les mécanismes impliqués dans le développement de l'épuisement des intervenants
- C) Quelles sont les pistes d'intervention et les implications pratiques

Contact : Yannick Fouda, psychoéducateur, conférencier : [yannick.fouda@mylumen.ca](mailto:yannick.fouda@mylumen.ca)