



Formation VAST wellbeing

Santé physique et psychologique au travail

Goma, Nord-Kivu, République Démocratique du Congo

Le 29 et le 30 mai 2024

Dr. Rodrigo LOPEZ BARREDA
Responsable Pôle de Formation Chirurgical à Bukavu

Contexte

Le CICR s'emploie à soutenir les systèmes de santé dans les contextes les plus fragiles en développant les capacités des équipes locales et internationales et en enrichissant leur formation avec des compétences pertinentes, à travers la mise en place d'un Pôle de Formation Chirurgicale à Bukavu (PFC-B). L'objectif visé est, à terme, de permettre l'accès à des soins chirurgicaux de qualité et à réduire les taux de morbidité et de mortalité pour les populations touchées par un conflit ou d'autres situations de violence. Au cours du processus d'évaluation des structures de santé qui a été mené, il a été démontré que le travail en équipe et la communication interpersonnelle, ainsi que la gestion du stress, étaient des compétences qui devaient être renforcées.

Anaesthesia Simulation Training (VAST) Ltd est une société à but non lucratif et une organisation caritative enregistrée en Australie. Ses programmes VAST se concentrent sur le développement et le renforcement des capacités du personnel péri opératoire, à l'aide de la simulation. Parmi eux, on trouve le cours VAST wellbeing, qui est un programme de formation d'une journée, conçu pour stimuler le développement, pour les participants, de stratégies de promotion de la santé physique et psychologique au travail, et de prévention de l'épuisement professionnel. Les cours VAST a été pilotés au Rwanda en 2018. Depuis lors, VAST s'est développé dans plus de 30 pays. Ces formations sont incluses dans le protocole d'accord que le CICR a signé avec la Fédération mondiale des sociétés d'anesthésie (WFSA) au niveau du siège.

L'équipe du PFC-B s'est formé à la délivrance de ces cours VAST à Kigali en 2023 et, avec le soutien du partenaire HPGRB, a organisé le VAST wellbeing à Bukavu l'année suivante. Les commentaires des participants ont permis de supposer que, bien que conçu pour les équipes chirurgicales, ce programme était suffisamment général pour convenir aussi à des participants d'autres domaines professionnels, notamment du secteur humanitaire d'urgence. Dans le contexte de crise sécuritaire actuelle, il est souhaitable de transmettre ces compétences aux collaborateurs CICR de Goma et le management de cette sous-délégation a sollicité deux sessions au PFC.

Partenaires

Le cours a été soutenu par :

- Comité International de la Croix-Rouge (CICR)
- Fondation VAST

Formations VAST wellbeing



Animateurs et participants à la première formation



Animateurs et participants à la deuxième formation

L'équipe des animateurs été composée de :

- Rodrigo LOPEZ, Responsable PFC, CICR-Bukavu
- Florence DOUET, Infirmière PFC, CICR-Bukavu

Les participants aux cours VAST wellbeing proviennent des institutions suivantes :

Institution	29 mai	30 mai	Total
CICR	22	1	50
Hôpital de N'Dosho	26	1	

Logistique

Les formations ont été délivrées à l'Hôtel Ishango, Goma. Le transport et l'hébergement des formateurs ont été organisés par les équipes welcome de Goma et Bukavu. La pause-café et le déjeuner pour les participants et les formateurs ont été fournis par le PFC. L'impression de la documentation a été réalisée à Bukavu. Chaque participant a reçu une copie papier du « Manuels du participant VAST » en français.

Méthodologie d'enseignement

La formation VAST wellbeing comprend des séances sur la définition et reconnaissance du burnout, les règles d'une bonne hygiène de vie physique et psychologique personnelle et au travail, des exercices pour la gestion du stress et un engagement pour prendre soin de soi et des autres.

Etant donné que la population à laquelle s'adresse cette formation initialement n'est pas celle des collaborateurs CICR, il a semblé pertinent d'intégrer une présentation plus approfondie des participants, sur leurs sources principales de stress. De plus, une session sur l'importance des compétences non techniques au travail (dont fait partie la gestion du stress), initialement incluse dans le cours VAST, a été ajoutée en guise d'introduction. Enfin, les exercices de respiration et de cohérence cardiaque proposés ont été tirés de l'application HeadSpace que le CICR propose gratuitement à ces collaborateurs.

Ces modifications ont nécessité d'ajuster légèrement les horaires des autres activités. Même si le résultat semble approprié, certains participants ont indiqué qu'ils auraient aimé disposer de plus de temps pour les discussions de groupe et les exercices pratiques.

Évaluation

Tous les jours les participants ont été invités à donner leur avis concernant la formation, qui est présenté ci-dessous (résultats entre 0 et 4).

Question	29 mai	30 mai
La formation d'aujourd'hui était intéressante et pertinente pour moi	3.83	3.63
Je pourrais utiliser les compétences que j'ai acquis aujourd'hui après le cours	3.69	3.56

72% des participants étaient tout à fait d'accord que la formation était intéressante et pertinente pour eux, et 62% avaient le même avis par rapport à l'utilisation de compétences acquises. Aucun participant n'a pensé que la formation n'était pas pertinente.

Commentaires sélectionnés

Il y a toujours des moyens pour apprendre à réduire le stress
Tu n'es pas seul
Le cours est tellement important parce que on a eu le temps de partager en large avec les formateurs. Le partage a été vraiment riche
Développer des nouvelles habitudes est difficile. Essayer d'aligner les objectifs avec les valeurs
L'autocompassion et les récompenses que l'on peut se faire pour s'encourager à faire mieux
Reconnaissance de l'épuisement
Que ceci soit dispensé à tous les collègues CICR sans exception
Merci beaucoup pour cette formation
Vous en faites un cours marathon
Il est merveilleux, intéressant et que Dieu vous bénisse
Tout a été bien dans un climat de tolérance et de partage
Le temps accordé à la formation est minime par rapport à l'importance majeure de cette formation
La prévention du burnout n'est pas seulement au niveau institutionnel, mais une responsabilité de chaque personne
Super pour avoir encouragé une ambiance sécurisée pour que les personnes puissent s'exprimer librement
Cette formation devrait prendre 2 jours pour faire bénéficier tout le monde au maximum
C'était vraiment très important pour nous, surtout durant ces moments difficiles que traverse notre province. Les formateurs étaient à la hauteur et ont su maîtriser le groupe et le garder éveillé
Le cours VAST pourrait être amélioré par ex dans le domaine culturel
Il faut organiser des rafraîchissements chaque année
Multiplier les exercices pratiques et rendre plus simple la pédagogie utilisée
La durée n'est pas suffisante pour une meilleure compréhension et développement du sujet
Une initiative magnifique de la part de l'employeur, étant donné le haut niveau de stress

Activités pendant les formations VAST wellbeing



Finance

Articles	Total (US\$)
Repas (pause-café et déjeuner)	1,054
Location salle	200
Hôtel formateurs	300
Transport	160
Frais cours	170
Fournitures de bureau	249
TOTAL	2,133

Ce solde ne comprend que les coûts directs supportés par le Pôle de formation.

Conclusion

Ces formations VAST wellbeing montrent que le sujet de la gestion du stress est très pertinent dans la région. En effet, au cours de la semaine durant laquelle ces sessions se sont déroulées, des incidents de sécurité ont eu lieu et ont encore généré un profond sentiment de stress pour le personnel de la sous-délégation.

Bien que ce programme ait été développé initialement pour le personnel de santé, les quelques petites modifications ont permis d'accueillir des participants de divers départements, y compris des chauffeurs, des opérateurs de la radio room, des FO des départements Protection, Wathab, logistique et des premises, du management et des RH, en plus du personnel chirurgical et de santé primaire. La participation très active de toutes et tous, ainsi que les commentaires reçus lors de l'évaluation confirment que ce cours est un moyen approprié et efficace de donner quelques outils aux collaborateurs CICR pour mieux faire face aux grandes contraintes de leur travail et de la vie quotidienne, et qu'il pourrait être reproduit dans l'avenir.

Il serait souhaitable d'avoir une sorte d'évaluation d'impact de cette activité, ainsi qu'une réflexion sur la manière d'éventuellement optimiser ce programme dans ce contexte très particulier de crise, importante en intensité et en durée, et pour ce type de participants, afin de mieux répondre aux objectifs affichés.