



## UNETP LAB

JEUDI 5 janvier 2023

17.00 – 18.30

### ANIMATEURS

- Michèle Guionnet et Mickaël Michaux, Administrateurs

### NOMBRE DE PARTICIPANTS

- 16

### RAPPEL DES PRINCIPES DE NOTRE TEMPS DE TRAVAIL

- Un temps et un espace partagés où la parole est libre
- Approche coopérative et mutualiste
- Des apports spécifiques aux différents points abordés sont faits
- Chacun fait l'effort d'apporter une expérience ou une idée

### THEME NUMERO 8 :

#### Comment prendre soin des autres... en prenant soin de soi

- Les risques psychosociaux : Quels risques ? Quelle prévention ?
- La motivation, l'énergie de la réussite
- Comment gérer son stress ?
- Les risques psychosociaux - Qualité de Vie et des Conditions de Travail : Quel management ?
- L'apport des différents ateliers
- ...

### AXES TRAITÉS :

#### Introduction : retour global sur le congrès de l'Union

- C'est un temps de ressourcement, vécu comme un temps différent.  
Repartie avec de nombreuses clés.  
Congrès arrivé au bon moment.
- Les ateliers étaient vraiment un plus. Il est important de pouvoir échanger.  
Chaque chef d'établissement doit faire attention à ses « clignotants », ce que le congrès a conforté.

#### Observations de personnes n'étant pas présentes au congrès :

- Prendre soin de soi est important.  
Nette impression qu'on arrive sur des situations de plus en plus complexes, délicates et difficiles à gérer.
- Aujourd'hui est compliqué, à nous d'en tenir compte.  
Le chef d'établissement doit faire attention aux autres mais il est de plus en plus seul.
- L'aspect financier est un élément important de la mission du chef d'établissement.

- Au niveau juridique c'est de plus en plus compliqué. Les chefs d'établissement n'ont aucune formation juridique. Un chef d'établissement n'a pas obligatoirement les mots pour calmer une situation.
- Les risques liés aux missions du chef d'établissement sont nombreux, par exemple, l'absence d'une équipe engagée, l'absence de liberté avec des contraintes importantes (tutelle, Ogec, ...).
- La notion de recul est essentielle mais difficile  
Un chef d'établissement ne peut pas tout faire.  
Il faut s'économiser pour durer. Il est important de se donner/prendre du temps pour soi.

### **Les risques psychosociaux : Quels risques ? Quelle prévention ?**

- Voir un psychologue peut être nécessaire. C'est un espace à soi.
- Faire un check-up est important.  
→ quel format pourrait proposer l'Unetp ?
- Un établissement a mis en place un contrat avec un psychologue pour les professeurs et pour les élèves. Il n'a pas été pensé aux personnels Ogec, dont le chef d'établissement.

### **Comment gérer son stress ?**

*Les moments de stress : comment les passez-vous ? Habitudes de vie ? Fonctionnement ? Pratiques ?*

- Sac de sport (2 midis par semaine)
- Vélo. L'attention à porter permet de ne pas penser à autre chose.
- Ne pas prendre de travail le week-end. Faire un véritable break.
- ➔ Il est important de pratiquer/d'avoir quelque chose pour se ressourcer sur lequel on ne déroge pas.

*Proposition Unetp :*

- Formation « Gérer le stress et optimiser la concentration »  
les 17.01.2023 et 07.03.2023

### **Les risques psychosociaux – Qualité de Vie et des Conditions de Travail : Quel management ?**

- Intervention intéressante lors du Congrès.  
L'Unetp devrait aller un peu plus loin → Mettre en place une formation
- En tant que chef d'établissement, comment être accompagné sur du plus long terme ?

### **Le juridique dans les établissements**

*Règlement intérieur – contrat de scolarisation*

- Attention à ne pas être trop exhaustif
- Règlement intérieur : source de problème ou problème de management  
→ globalement il renvoie au management et à des divergences.
- Le construire à plusieurs et avec l'ensemble des acteurs de l'établissement.
- Formation Unetp à envisager

*Le juridique des axes multiples et variés*

- Management
- Nécessité de se former sur des points de droit précis avec présence de juriste + chef d'établissement afin d'avoir le double regard (DUERP, PPMS, ...)
- Proposer davantage de formations juridiques et ce d'autant plus pour les petits établissements qui n'ont pas obligatoirement le soutien nécessaire :
  - o Management

- Les nouveaux risques et comportements
- Le règlement intérieur
- Les relations école/famille

### **L'apport des différents ateliers (automassage, coaching, massages Amma Assis, Méthode de facilitation relationnelle Imago, Sonothérapie)**

- Temps intéressant ayant permis de pratiquer certaines activités pour lesquelles le « pas » n'aurait pas obligatoirement été franchi.

### **Accompagnement des pairs**

- L'accompagnement par les pairs est essentiel.  
Savoir repérer ceux en souffrance est important afin d'être solidaire, d'échanger les pratiques et les expériences.

### **Divers**

- Différence de pratiques d'une région à une autre, d'une DDEC à une autre.
- Mise en place d'un mi-temps thérapeutique pour les professeurs : désormais le « médecin de famille » peut le mettre en place sans délai.
- Suivre les interlocuteurs du congrès sur les réseaux sociaux.

[Pour vous inscrire à la formation  
« Gérer le stress et optimiser la concentration »  
du 7 mars 2023,  
cliquez ici](#)

[Pour compléter votre information,  
consultez les diaporamas et les différentes informations  
mises à disposition à l'issue du Congrès de l'Unetp  
en cliquant sur ce lien](#)

**MERCI A TOUS LES COLLEGUES QUI ONT PARTICIPE A CET UNETP LAB.**

**RENDEZ-VOUS LE JEUDI 2 FEVRIER PROCHAIN POUR TRAVAILLER ENSEMBLE**

**SUR**

**« COMMENT ETABLIR UNE CARTOGRAPHIE DES RISQUES ? »**

**en partenariat avec la Mutuelle Saint Christophe**