L'esprit au travail
pour la médecine vétérinaire

UN PROGRAMME DE **CHANGER LES MENTALITÉS**

Canadian Veterinary Medical Association

Association canadienne des médecins vétérinaires



Pourquoi une formation en santé mentale fait de vous un·e leader plus éclairé·e et empathique en médecine vétérinaire

En médecine vétérinaire, les leaders doivent souvent concilier, au cours d'une même journée, les soins aux patients, les attentes des client·e·s, la dynamique d'équipe, les exigences émotionnelles du travail et les pressions opérationnelles. Lorsque le stress s'accumule et n'est pas pris en compte, les répercussions peuvent être importantes : sur la santé mentale des personnes qui prennent soin des animaux, sur les résultats pour les patient·e·s, sur la communication au sein des équipes, sur le rendement, la rétention du personnel et la culture du milieu de travail.

L'Esprit au travail pour la médecine vétérinaire offre un cadre fondé sur des données probantes qui permet de mieux comprendre comment les défis quotidiens du travail peuvent avoir une incidence sur soi-même, sur ses collègues et sur son équipe. Cette réalité est particulièrement pertinente dans les milieux vétérinaires, où le fait d'offrir du soutien tôt peut avoir des retombées positives pour la personne concernée, pour l'équipe et, ultimement, pour les client·e·s et les patient·e·s. Conçu spécialement pour la profession vétérinaire, le programme reflète les réalités de la pratique vétérinaire plutôt que de s'appuyer sur des scénarios génériques provenant d'autres milieux de travail.

L'esprit au travail pour la médecine vétérinaire

UN PROGRAMME DE CHANGER LES MENTALITÉS

Canadian Veterinary Medical Association

Association canadienne des médecins vétérinaires

Pourquoi cette formation est importante pour la médecine vétérinaire

La santé mentale des professionnel·le·s de la médecine vétérinaire au Canada est une préoccupation importante. Selon une étude[1] menée auprès des médecins vétérinaires canadien·ne·s :

- **29 %** ont déclaré avoir vécu un épisode de dépression;
- **9 %** ont déclaré avoir vécu de l'anxiété;
- **26 %** ont déclaré avoir eu des pensées suicidaires, élaboré un plan ou fait une tentative de suicide au cours des 12 mois précédents;
- **51 %** ont signalé des niveaux élevés d'épuisement émotionnel;
- **64 %** ont obtenu un score élevé en matière de stress traumatique;
- **42 %** ont déclaré vivre un épuisement professionnel.

Des recherches[2] ont également révélé des niveaux élevés d'épuisement professionnel, émotionnel et de détresse psychologique chez les membres des équipes vétérinaires.

Face à ces réalités, **L'Esprit au travail pour la médecine vétérinaire – Employé·e·s** et **L'Esprit au travail pour la médecine vétérinaire – Gestionnaires** et leaders offrent des outils concrets pour reconnaître les changements de santé mentale, soutenir les autres et contribuer à un milieu de travail psychologiquement sain et sécuritaire.

Votre rôle comprend-il l'encadrement d'autres personnes?

Découvrez les trois modules destinés aux employé·e·s, ainsi qu'un quatrième module exclusif conçu spécifiquement pour les gestionnaires et les leaders.

- Assumer pleinement votre rôle de leader dans la création et le maintien d'une culture psychologiquement saine et sécuritaire, y compris lors d'incidents critiques.
- Soutenir les membres de votre équipe vivant des défis liés à la santé mentale avec confiance, empathie et compassion.
- Utiliser le continuum de la santé mentale pour orienter les conversations en milieu de travail et offrir un soutien adapté aux membres de l'équipe.
- Comprendre les considérations liées au retour au travail et aux mesures d'adaptation.
- Intervenir efficacement lors d'incidents critiques ou de situations de crise et contribuer au rétablissement à la suite de ces événements.

Au cours de cette formation, vous apprendrez à :

- Reconnaître et déconstruire les préjugés liés à la santé mentale.

« Je ne réalisais pas à quel point la stigmatisation entourant la santé mentale et les discussions à ce sujet au travail est profondément ancrée dans notre profession. J'ai maintenant une meilleure compréhension de cette réalité et des outils pour contribuer à la changer, pour moi-même et pour les autres. » – Participant·e à la formation

- Développer votre compréhension de la santé et de la sécurité psychologiques en milieu de travail.
- Utiliser le continuum de la santé mentale pour reconnaître les changements chez vous-même et chez les autres.

« Les couleurs du continuum offrent un langage commun pour parler de santé mentale dans différentes situations et me donnent la confiance nécessaire pour amorcer des conversations que je n'aurais pas su comment aborder auparavant. » – Participant·e à la formation

- Mener des conversations de soutien et orienter les personnes vers les ressources appropriées.
- Comprendre comment les pressions propres à la profession vétérinaire influencent les changements observés sur le continuum de la santé mentale.

« Les vidéos étaient extrêmement percutantes. J'ai beaucoup apprécié le courage et l'honnêteté des professionnel·le·s de la médecine vétérinaire qui ont partagé leur histoire. Voir des médecins vétérinaires, des technicien·ne·s en santé animale, des gestionnaires et des leader·euse·s représenté·e·s a rendu la formation pertinente pour l'ensemble du personnel du secteur vétérinaire. » – Participant·e à la formation

- Expliquer comment les blessures de stress post-traumatique se développent et comprendre leurs répercussions sur le rendement au travail et le bien-être.

« Mon plus grand apprentissage concerne les blessures liées au stress, le stress chronique et la fatigue. Ce sont des enjeux particulièrement importants dans la profession vétérinaire. » – Participant·e à la formation

- Mettre en pratique des stratégies concrètes d'adaptation et d'autosoins pour mieux gérer le stress tout en accompagnant les autres.

1. Perret, J. L., Best, C. O., Coe, J. B., Greer, A. L., Khosa, D. K., & Jones-Bitton, A. (2020). Prevalence of mental health outcomes among Canadian veterinarians. Journal of the American Veterinary Medical Association, 256(3), 365–375. https://doi.org/10.2460/javma.256.3.365

2. Volk JO, Schimmack U, Strand EB, Reinhard A, Vasconcelos J, Hahn J, Stiefelmeyer K, Probyn-Smith K. Executive summary of the Merck Animal Health Veterinarian Wellbeing Study III and Veterinary Support Staff Study. J Am Vet Med Assoc. 2022 Jul 1;260(12):1547-1553. doi: 10.2460/javma.22.03.0134. PMID: 35943942.

Avec le soutien de:

petsecure

L'ASSURANCE CANADIENNE POUR ANIMAUX DE COMPAGNIE