

## Petit rappel

Les intervenants participaient à

### STRESS ET COMPAGNIE

une application web ET

ils apprenaient à négocier le stress du travail avec les membres de leur équipe en réalisant un *Plan d'action d'équipe*

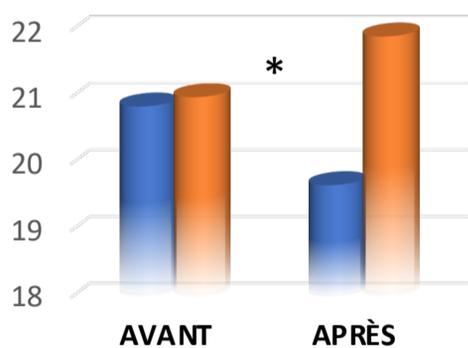


# 1

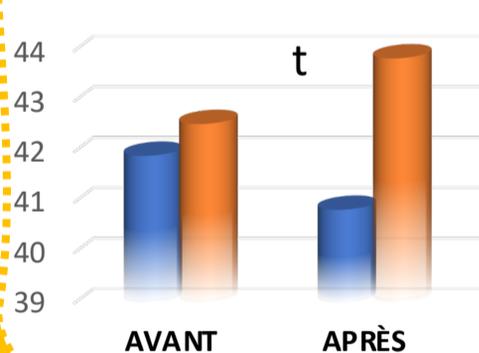
## Est-ce qu'ISO-STRESS diminue le stress des intervenants ?

Nous avons comparé les groupes ayant eu le programme (expérimental) avec ceux ne l'ayant pas eu (témoin). Soulignons que les participants du groupe témoin ont eu le programme ISO-STRESS, mais plus tard.

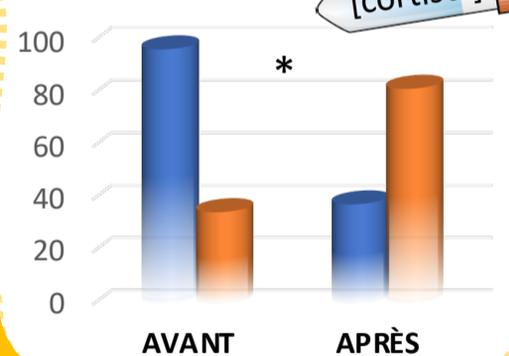
### STRESS PERÇU



### STRESS CHRONIQUE



### STRESS BIOLOGIQUE



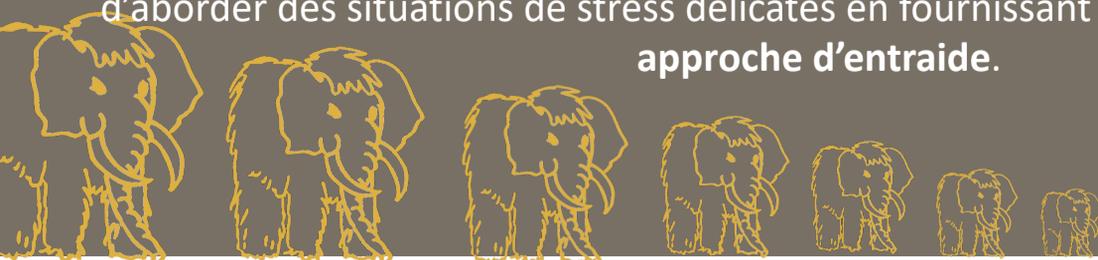
Groupe expérimental



Groupe témoin

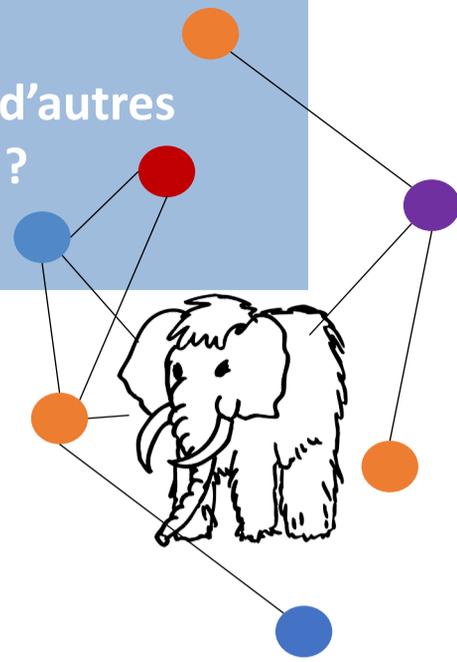
Chez les intervenants, ISO-STRESS a permis de **réduire significativement** le **stress perçu**, le **stress chronique** ainsi que le **niveau de cortisol**, une hormone impliquée dans la réponse de stress.

Des participants rapportent qu'ISO-STRESS a permis à leur équipe de travail d'aborder des situations de stress délicates en fournissant **un langage simple** et **une approche d'entraide**.

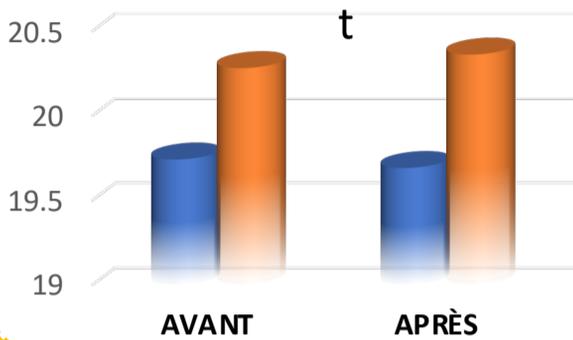


# 2

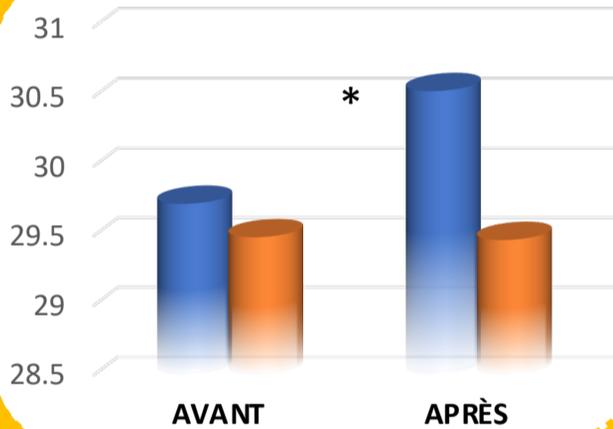
## ISO-STRESS a-t-il eu des impacts sur d'autres indicateurs associés au stress ?



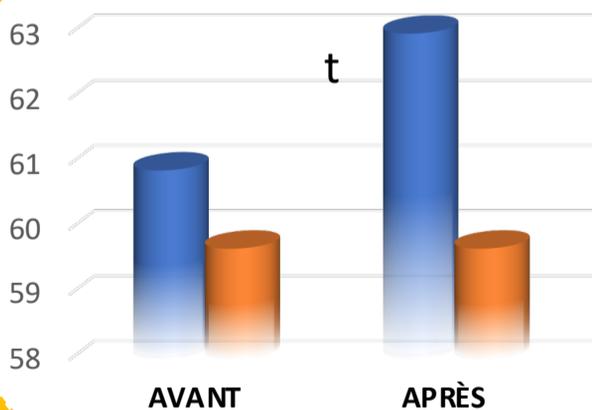
### ÉPUISEMENT AU TRAVAIL



### AJUSTEMENT AU CLIENT



### SENTIMENT DE SÉCURITÉ



Ces graphiques nous montrent qu'ISO-STRESS tend à réduire le sentiment d'**épuisement professionnel** des intervenants après la participation au programme. ISO-STRESS semble améliorer également le sentiment d'**ajustement au client** ainsi que le sentiment de **sécurité au travail** des intervenants.

Ces premiers résultats sont encourageants et nous motivent à poursuivre nos analyses sur l'impact du programme auprès des **jeunes hébergés!**

**UN GRAND MERCI À TOUS LES PARTICIPANTS!**

L'étude ISO stress est réalisée sous la direction de Pierrich Plusquellec, PhD, professeur à l'Université de Montréal et co-directeur du Centre d'Études sur le Stress Humain