

Gestion d'un syndrome de Burn-Out : de la détection précoce à la réhabilitation professionnelle

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- Apports théoriques
- Etude de cas
- Outils d'évaluation
- Vidéos

INTERVENANTS

Psychologue du travail, CHU Clermont Ferrand

TARIFS

> **Inter** : 390€ / pers.

> **Intra** : 1350€ / j. / gr.

PUBLIC CONCERNÉ

Tout agent concerné par ce thème.

(Groupe de 10 personnes maximum)

OBJECTIFS

- ⇒ Identifier et définir le syndrome d'épuisement professionnel
- ⇒ Définir et comprendre ce qu'est la souffrance au travail
- ⇒ Les déterminants et les sources de l'épuisement
- ⇒ Comment prévenir ?
- ⇒ Les stratégies d'adaptation et de défense

CONTENUS

- ⇒ **Définition des concepts clés : stress / anxiété / dépression / burn-out**
- ⇒ **La souffrance au travail, mécanismes et symptomatologie**
- ⇒ **Les déterminants RPS dans l'apparition de l'épuisement**
- ⇒ **Le syndrome d'épuisement professionnel : mécanisme sournois**
- ⇒ **La prévention : le rôle majeur du collectif de travail (facilitant / destructeur)**
- ⇒ **Repérage des personnalités à risque**
- ⇒ **Les méthodes de gestion du stress et de burn-out**
- ⇒ **Les approches psychocorporelles, résilience, remédiation cognitives, TCC...**
- ⇒ **Les stratégies pour faire face**
- ⇒ **Le retour à l'emploi : comment faire ? Quels soutiens ?**



> **Durée : 2 jours**

> **Dates : 12 et 13 septembre 2019**