

# Prévention du burn-out: le détecter et accompagner le retour au travail



Médecins  
Infirmier(e)s

DPC MED (soumis à validation)

EN PRÉSENTIEL Réf. 19b014



14 h  
16.17 décembre



930 € HT - Repas inclus

## ANIMATION

Médecin du travail,  
psychiatre  
ou psychologue du travail

## DÉROULEMENT

➤ 9h00-12h30 / 13h30-17h00

## SUIVI ET ÉVALUATION

- Supports de cours inclus.
- Tests de positionnement.
- Évaluation des acquis : autoévaluations, quiz, analyses de cas, etc.
- Évaluation à froid.



ISO 9001:2015  
Labellisation PMR

**Cette formation s'adresse à des médecins et infirmier(e)s désirant comprendre ce que sont le burn-out et ses facteurs déclenchants. L'accompagnement des salariés au retour à l'emploi après un épuisement professionnel est également abordé.**

## Prérequis

Exercer en SPST.

## Objectifs

- Définir et comprendre ce qu'est le burn-out ou le syndrome d'épuisement émotionnel.
- Identifier les facteurs déclenchants et les terrains favorables à sa survenue.
- Accompagner le salarié : détecter les signes précurseurs, les signaux faibles, favoriser le retour à l'emploi après un épuisement professionnel et prévenir la rechute.
- Prévenir le burn-out en construisant des actions de prévention individuelles ou collectives : lutter contre les risques psychosociaux, travailler la « vrai » qualité de vie au travail.

## Programme

- Définir les symptômes caractéristiques, les modèles, la cartographie des populations à risque de développer un syndrome d'épuisement émotionnel.
- Analyser la relation du burn-out avec le stress : notions, gestion individuelle du stress.
- Repérer les contextes favorables au burn-out : connaître les facteurs de risque psychosociaux (organisationnels, postes à risques, facteurs individuels prédisposants).
- Détecter les situations à risque et intervenir à bon escient.
  - Le burn-out vu de l'intérieur : profil de la personne à risque.
  - Évaluer, proposer des actions de prévention immédiate.
  - Fixer les limites de son intervention, savoir mettre en place des collaborations pour agir avec les autres acteurs de la prévention.
- Construire l'accompagnement de la personne en épuisement professionnel et favoriser son retour au travail.

## Modalités pédagogiques

- Alternance de méthodes affirmatives, interrogatives et expérientielles.
- Étude de cas.
- Partage de pratique et mise en situation.
- Évaluation par quiz.

## Avertissement

Cette formation est limitée à 10 participants.