

BURN-OUT : PRÉVENTION INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE

Public : SPSTI, acteurs des services de prévention et de santé au travail, RH, préventeurs,

Durée : 0,5 jours (3,5 heures)

Réf : RPS009

Présentiel ou distanciel

Prix intra : sur devis

Prérequis : Aucun

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Cette formation vise à sensibiliser au repérage des signes de stress chronique et à savoir intervenir en prévention individuelle et collective afin d'éviter la survenance de situations de burn-out dans l'objectif de prévenir la désinsertion professionnelle potentiellement associée à ce phénomène lié au travail.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Repérer les signaux faibles du stress chronique
- Orienter les personnes de manière préventive
- Accompagner les personnes
- Mobiliser les acteurs de prévention à l'échelle individuelle et/ou collective
- Prévenir la désinsertion professionnelle

Qualiopi
processus certifié

■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante:
ACTIONS DE FORMATION

PROGRAMME

Contexte autour du burn-out

- Enjeux : dépasser le déni
- Le burn-out : repères

Du stress chronique au burn-out : Prévenir

- Les mécanismes du stress chronique
- Définition du burn-out
- Repérage des signaux faibles
- La difficulté du diagnostic
- Tests de dépistage
- L'enjeu de faire dépasser le déni
- Les facteurs de risques psychosociaux

Prévention tertiaire : Reconstruction post burn-out

- Présentation de la méthode RPBO©
- Parcours résilients
- Exploration du rapport au travail
- La pluridisciplinarité nécessaire

Préparer le retour au travail

- Des incontournables
- S'appuyer sur la médecine du travail

Prévention collective primaire et secondaire

- De l'individu vers le collectif
- La prévention primaire

MODALITÉS

Présentiel :

3,5 heures avec 16 participants maximum

Distanciel :

3,5 heures avec 12 participants maximum.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques appuyés sur les situations réelles présentées par les apprenants afin de faciliter l'acquisition des concepts et l'application concrète en situation de travail.

- Pédagogie active
- Exercices : quizz, études de cas
- Travaux en sous-groupes

POINTS FORTS DE LA FORMATION

- Présentation des 3 niveaux de prévention autour du stress chronique et du burn-out

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

- Travaux pratiques en cours de formation
- Contrôle des connaissances à chaque étape
- Quizz de fin de formation

RECONNAISSANCE DE LA FORMATION

- Remise d'un support de formation
- Remise d'un certificat de réalisation en fin de formation

ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Évaluation à chaud en fin de formation

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

La formation peut être mise en place sous un délai de 4 à 6 semaines.

En présentiel, pour des raisons pédagogiques, la formation ne sera mise en œuvre qu'avec un minimum de 6 participants et un maximum de 16 participants.

En distanciel, pour des raisons pédagogiques, la formation ne sera mise en œuvre qu'avec un minimum de 6 participants et un maximum de 12 participants.

ACCESSIBILITÉ

Pour toute question relative à l'accessibilité ou à un besoin d'aménagement, vous pouvez contacter la Référente Handicap de l'organisme de formation [pascale.faujour\[@\]motiondesens.org](mailto:pascale.faujour[@]motiondesens.org). Un échange téléphonique vous sera proposé avec la Référente Handicap afin d'évoquer votre besoin.

INTERVENANT

Consultante en Qualité de Vie et Conditions de Travail et IPRP en prévention des risques psychosociaux.
Membre du Réseau RPBO© France/Europe (Reconstruction post burn-out)