

# Le burn-out ou syndrome d'épuisement professionnel

## OBJECTIFS

Savoir prévenir ou gérer des situations de burn-out, avec le salarié concerné et le reste de l'équipe.

## PROGRAMME

### 1) COMPRENDRE LE BURN-OUT, POUR MIEUX AGIR :

*Enjeux d'une prévention du burn-out*

- Coûts et bénéfices de la santé au travail
- En quoi le management est-il concerné ?
- Enjeux d'une responsabilité civile et pénale des dirigeants

*La définition la plus largement utilisée*

- Un risque psychosocial
- Les causes du burn-out
- Le processus : les trois étapes menant au burn-out
- Les symptômes constitutifs du burn-out

*Diagnostic différentiel*

- Surmenage, dépression, instrumentalisation...
- Burn-out, bore-out, brown-out

### 2) INTERVENIR PRECOCEMENT : ACCOMPAGNER LES SALARIES ET PREVENIR LE BURN-OUT

*Détecter le burn-out - signaux individuels et collectifs*

- L'évaluation des risques de burn-out pour soi-même
- La détection précoce des signaux d'alerte
- Le repérage collectif du burn-out

*Accompagner le burn-out à différents niveaux*

- Prise en charge individuelle
- Passer d'une situation individuelle à un questionnement collectif et organisationnel

## CODE MANO2

### Public

Dirigeants, DRH, RRH,  
Responsable de services, manager.

### Pré-requis

Encadrer une équipe.

### Options pédagogiques

Formation associant les aspects théoriques et implication pratiques (échanges, exemples concrets).

### Durée

7 heures (1 jour)

### Tarif inter par personne

Adhérent : 500,00 € HT.

Non adhérent : 900,00 € HT.

### Tarif intra

Nous consulter

## Bruno LEFEBVRE / Valérie SCHEGIN

Psychologue clinicien, Bruno a commencé par travailler trois ans à l'hôpital Beaujon, auprès de patients alcoolodépendants et toxicodépendants. Attaché à son exercice clinique, Bruno l'a progressivement orienté sur les problématiques liées au travail.



Juriste, médiatrice, Valérie a commencé par travailler en milieu industriel. Consultante associée, elle est spécialisée dans la prévention des risques psychosociaux et amélioration de la Qualité de Vie au Travail. Sa connaissance terrain de l'entreprise lui permet d'être au plus proche des attentes des organisations.

