

L'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL : PRÉVENIR, ÉVALUER, AGIR

Objectifs

- Savoir ce que recouvre le terme d'épuisement professionnel.
- Identifier les situations professionnelles et personnelles à risques et leurs conséquences.
- Se munir d'outils et de solutions pour préserver la santé au travail.
- Élaborer un plan d'actions collectif et individuel pour prévenir et réagir face à des cas d'épuisement professionnel.

Public : Cadres dirigeants, cadres intermédiaires ou de proximité.

Pré-requis : Connaissances de base relatives à une fonction managériale et aux métiers du secteur sanitaire, social et médico-social

Durée : 2 jours (14h)

Dates-Lieu : 10, 11 septembre 2019 à Bordeaux

Tarif : 430 € à Bordeaux

Tarif : Intra-muros / Inter-établissements, nous consulter

Modalités d'évaluation

Suivi de l'exécution : Vérification des connaissances durant la formation par la passation d'un QCM.

Appréciation des résultats : Bilan à chaud et questionnaire individuel d'évaluation.

Intervenant presenti

Une chargée de formation de l'OAREIL, diplômée en psychologie du travail et des organisations.

Contenu

- ✓ **J1 - identifier les facteurs qui provoquent l'épuisement professionnel et leurs conséquences**
 - Connaître les liens de l'épuisement professionnel avec le stress, la charge émotionnelle, le désengagement, la baisse de l'accomplissement de soi par et au travail...
 - Repérer les manifestations d'épuisement professionnel
 - Identifier les premiers signes pour agir préventivement.
 - Connaître les conséquences d'épuisement professionnel en termes de coûts et d'obligation de résultats de l'employeur vis-à-vis des risques psychosociaux (RPS).
- ✓ **J2 -mettre en œuvre des plans de prévention et d'action individuels et collectifs**
 - Les interventions individualisées
 - Identifier les comportements individuels concernant le bien-être et la qualité de vie au travail et à l'extérieur du travail.
 - Les interventions collectives
 - Identifier tous les indicateurs et mesurer leur gravité : charge de travail, rythme, organisation, conditions de travail, climat social ...
- ✓ **Accompagner le professionnel en souffrance au travail**
 - Mesurer le niveau d'épuisement professionnel (MBI).
 - Mener un entretien adapté et constructif.
 - Mettre en place un cadre d'accompagnement : confidentialité, devoir d'alerte, besoin de soutien et suivi des actions proposées.
 - Faire appel aux professionnels extérieurs si besoin (psychologues).
 - Alerter les acteurs institutionnels : DRH, DP, CHSCT, médecins du travail, services sociaux.
 - Penser à accompagner le retour au travail.

Méthodes pédagogiques

- Formation-action basée sur une méthodologie interactive centrée sur les participants, axée sur le développement et l'échange de leurs expériences professionnelles.
- Alternances d'apports théoriques, méthodologiques et pratiques.
- Échanges réflexifs à travers des exercices et cas concrets illustrant des situations de terrain apportées par les participants ou la formatrice.
- Proposition d'ateliers pratiques et de travaux en groupe, sous-groupes et individuels.
- Boîte à outils : fiches mémos.