

# L'ÉPUISEMENT AU TRAVAIL

## PRÉVENIR, IDENTIFIER ET AGIR

### **Objectifs**

- Faire le point sur son expérience et son vécu professionnel.
- Identifier les signes et les causes de l'épuisement professionnel.
- Connaître les méthodes d'évaluation et les interventions préventives et curatives.
- Envisager tout type de stratégies individuelles, collectives et institutionnelles.

**Public** : Tous les personnels travaillant auprès des personnes âgées

**Pré-requis** : Aucun

**Durée** : 3 jours (18h)

**Lieu** : Intra-muros / Inter-établissements dans vos locaux

**Tarif** : Nous consulter

### **Contenu**

#### **J1-Le travail, c'est la santé ?**

- Santé et travail : définition et fonction du travail.
- L'éclairage de la psychodynamique du travail et de la clinique de l'activité.
- Les risques psychosociaux : de quoi parle-t-on ?

#### **J2-Quand le travail fragilise**

- L'épuisement au travail : émergence et définition d'un phénomène.
- Le stress et l'épuisement : correspondance et limites.
- L'épuisement professionnel ou burnout : un « monstre » à trois têtes.
- Les causes du burnout : une mosaïque complexe.
- Les manifestations et conséquences de l'épuisement professionnel sur le plan individuel, collectif, organisationnel et institutionnel.

#### **J3-Évaluer, prévenir et traiter l'épuisement professionnel**

- L'évaluation du syndrome d'épuisement professionnel : le MBI
- Les interventions sur l'individu.
- Les interventions sur l'organisation de travail.
- Les interventions au niveau institutionnel.
- Les partenaires : délégués du personnel, CHSCT, médecine du travail, psychologue du travail, inspection du travail...
- Les référentiels de l'ANACT et de l'ARACT.
- Le Document Unique : présentation et enjeux.

### **Intervenant pressenti**

Chargée de formation diplômée en psychologie clinique et du travail

### **Méthodes pédagogiques**

- Alternance d'apports théoriques, pratiques et réglementaires
- Travaux en sous-groupes
- Analyse de cas concrets
- Outil MobiQual
- Échanges et mutualisation
- Remise d'un dossier

### **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.