



## PROGRAMME PREVENIR L'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL

### PUBLIC CIBLE

Tous les acteurs de l'entreprise concernés par la prévention des risques : Managers, DRH, responsables HSE, membres du CSE/CSST...

### DURÉE

7h00

### PRÉ-REQUIS

---

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### OBJECTIFS

---

A l'issue de la formation, les stagiaires seront en mesure de :

- Repérer un collaborateur en risque d'épuisement professionnel
- Adopter la bonne posture relationnelle
- Orienter et agir en prévention des risques

### CONTENU

---

Cette formation abordera les thèmes suivants :

- Burnout, bore-out, brown-out : Au-delà de l'effet de médiatisation, quelle réalité ?
- L'épuisement professionnel : Un processus complexe, multifactoriel
- Description du syndrome d'épuisement professionnel et de ces conséquences
- Les facteurs de risque : quels sont-ils ? Comment les repérer ?
- Connaître les différentes étapes pour repérer et accompagner une personne en risque d'épuisement professionnel ?

### MODALITÉS ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

---

• Formation en présentiel : groupe 8 à 12 stagiaires maximum) • Pédagogie active. • Apports théoriques et méthodologiques. • Analyse de cas concrets. • Un support de formation et une bibliographie sont remis aux stagiaires.

### MOYENS D'ENCADREMENT

---

La formation est animée par une psychologue du travail, qui sait, dans sa pratique, coordonner et réaliser des actions de prévention en santé mentale en tant que consultante IPRP en organisation du travail (consultations en entreprise, secteurs privé, associatif ou public, diagnostic, interventions collectives, cellule d'écoute psychologique).



## MOYENS TECHNIQUES

---

L'ASIA dispose d'une salle de formation dédiée et équipée.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

---

Un questionnaire d'évaluation est remis aux stagiaires en fin de formation.

## ACCESSIBILITÉ DE LA FORMATION AUX STAGIAIRES EN SITUATION DE HANDICAP

---

Si vous êtes en situation de handicap, nous pourrions examiner ensemble vos éventuels besoins de compensation ou d'aménagement de formation.

Merci de prendre contact avec notre référente handicap afin de fixer un entretien préalable à votre entrée en formation : [referent.handicap@asia-ouest.fr](mailto:referent.handicap@asia-ouest.fr)