

Agir pour prévenir et dépasser l'épuisement professionnel dans le travail social et médico-social

De la compréhension des mécanismes à la mise en place d'actions préventives et collectives

Le travail social et médico-social expose les professionnels à des facteurs de risque pouvant conduire à l'épuisement professionnel. Comprendre ces mécanismes et savoir identifier les signaux d'alerte est essentiel pour mettre en place des actions de prévention adaptées. Cette formation propose des repères théoriques et pratiques pour renforcer la vigilance et favoriser des dynamiques collectives de protection au sein des équipes.

Objectifs

- Comprendre le burn-out dans le travail social et médico-social.
- Distinguer burn-out, dépression, stress chronique, bore-out et brown-out.
- Identifier les signes d'épuisement professionnel.
- Reconnaître les obstacles et facteurs de risque dans le secteur.
- Connaître la législation et la reconnaissance du burn-out au travail.
- Développer des stratégies de prévention et d'action adaptées.

Contenus

Introduction au burn-out

- Épuisement émotionnel / Cynisme / Perte d'efficacité / Signaux faibles et forts / Stades de gravité / Profils à risque

Les dimensions et manifestations

- Usure professionnelle : aide et prescriptions contradictoires
- Fatigue compassionnelle et traumatisme vicariant
- Facteurs organisationnels, relationnels et individuels

Les freins à la prise en charge

- Individuels : déni, culpabilité, perfectionnisme
- Organisationnels : manque de reconnaissance, surcharge, culture de performance
- Systémiques : reconnaissance institutionnelle

Le cadre légal et institutionnel

- Code du travail et obligation de sécurité
- DUERP et prévention des risques
- Reconnaissance comme maladie professionnelle et jurisprudence

Prévention et actions

- Solutions individuelles et collectives
- Espaces de parole, analyse de pratiques, dispositifs collectifs
- Conditions de réussite et acteurs à mobiliser

Modalités et méthodes pédagogiques

En présentiel. Méthode active et participative centrée sur l'expérience des participants, alternant apports théoriques, échanges de pratiques, études de cas et mises en situation afin de favoriser l'analyse collective et le transfert des acquis dans la pratique professionnelle.

Modalités d'évaluation

Évaluation des acquis du stagiaire

Les objectifs de formation seront évalués par l'intervenant (Mise en situation, QCM, étude de cas...).

Évaluation de la formation

Au terme de la formation, chaque participant complètera un questionnaire de satisfaction afin d'évaluer la qualité de la formation suivie.



Inter et intra

Durée

21h

soit 3 jours

(2 jours consécutifs + 1 jour différé)

Public

Professionnels du travail social et médico-social

Cadres et responsables d'équipes du secteur social

Référents QVCT, RPS, santé et sécurité au travail

Membres d'instances représentatives (CSE, CHSCT)

Pré-requis

Aucun

Intervenant(s)

Formatrice, coach et thérapeute en approche systémique stratégique, spécialisée en santé mentale, QVCT, prévention des RPS et épuisement professionnel.

Dates et coût

Sur www.irtsnormandiecaen.fr

Lieu

Hérouville Saint-Clair (14)

Contact

Chloë BEAUMONT

Tél. 02 31 54 42 54

fc@irtsnormandiecaen.fr



www.irtsnormandiecaen.fr