

Usure professionnelle et burn-out – identifier les risques, mettre en place une démarche de prévention (1 jour)

Domaine d'intervention : psychologie du travail / Qualité de vie au travail

OBJECTIFS

- Comprendre les notions d'usure professionnelle, de burn-out et de pénibilité au travail
- Connaître le cadre législatif sur l'usure professionnelle et le burn-out et les acteurs de la prévention
- Identifier les actions à mettre en place
- Savoir identifier les signes de l'usure professionnelle et mettre en place une démarche de prévention

PUBLIC

Cette formation s'adresse aux managers et aux acteurs internes de la santé au travail.

PRÉREQUIS

Formation ou sensibilisation aux risques psychosociaux

MÉTHODES MOBILISÉES

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthode expositive (diaporama) alternant avec participation à des cas concrets (apports de cas concrets le formateur). Réflexions sur des cas pratiques apportés par les participants. Exercices pratiques : mise en place d'une démarche de prévention de l'usure professionnelle au sein d'un service.

- Exposition auprès des participants des méthodes, des pratiques et des difficultés
- Apports théoriques et méthodologiques
- Exercices pratiques individuels ou en petits groupes sur l'analyse de l'usure professionnelle et le burn-out
- Activités de réflexion sur les démarches de prévention à mettre en œuvre
- Prise en compte de la législation, des acteurs ressources internes et externes.

MOYENS ET OUTILS

La formation propose les modalités du présentiel avec des salles équipées dans les locaux du Cnam.

Les supports de la formation et ressources liés au thème seront fournis au stagiaire.

INTERVENANT

Notre intervenant est un expert dans son domaine d'intervention et dans sa capacité à partager son expérience au travers de solutions concrètes et opérationnelles.

Huguette ORSERO, psychologue.

Valeria REYES MOREAU, Chargée de projet sénior, Consultante formatrice



Dates

Nous consulter



Durée

7 heures



Lieu

Cnam, 25 boulevard Guy Mollet, Nantes

Dans l'un de [nos sites](#)
Cnam Pays de la Loire

Ou bien dans les locaux de votre organisation



Horaires

Présentiel 9h00-12h30 et 14h00-17h30 (accueil dès 8h45)



Accessibilité

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Pour vos questions spécifiques un référent Cnam est dédié à l'accompagnement : handi@cnam-paysdelaloire.fr (mention à conserver)

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Lors de la formation, les acquis du participant seront évalués au regard des objectifs
- La formation fait l'objet d'une auto-évaluation, d'un positionnement à l'entrée et à la sortie (questionnaire)
- Une évaluation de satisfaction est proposée auprès de chaque stagiaire.
- Une attestation de formation sera remise à chaque participant.
- Dispositif non certifiant

PROGRAMME

• L'usure professionnelle, le burn-out et la pénibilité ; lien avec les risques psychosociaux

Comprendre les notions de pénibilité, d'usure professionnelle et de burn-out

Savoir identifier les facteurs à l'origine et les signes de l'usure professionnelle ainsi que les conséquences pour l'individu et les équipes de travail

• L'usure professionnelle et la démarche de prévention

Savoir mettre en place une démarche de prévention en s'appuyant sur des cas concrets apportés par les participants.

Evaluation

- Évaluation de la formation
- Feedback des participants de la journée de formation
- Evaluation « à chaud » : questionnaire d'évaluation

🕒 Délai d'accès

Jusqu'à 48h avant le début de la formation et en fonction des places restantes et d'un minimum d'inscrits.

€ Tarifs

1 200 euros TTC (repas non inclus) tarif total par groupe. Montant exonéré de TVA.

Nombre de stagiaire maximum 12 par formation

Conditions générales de vente sur le lien [suivant](#)

i Contact

Pôle Travail et Développement
02 40 16 10 79

poletravailtdevelopment@cna-m-paysdelaloire.fr

🎯 Pour aller plus loin

- Risques psychosociaux et télétravail (1 jour)
- Gestion du stress (2 jours)
- Gestion des émotions (1 jour)
- Gestion des conflits (2 jours)
- Harcèlement moral et violences psychologiques au travail (1,5 jours)
- Piloter la qualité de vie au travail (2 jours)
- Risques psychosociaux pour CSE (2 jours)
- Favoriser la qualité de vie au travail à travers des outils de sophrologie (1 jour)

★ Points forts de la formation

- Formation assurée par un professionnel
- Modalités pédagogiques actives et participatives

% Taux de satisfaction

Ce programme n'a pas encore bénéficié d'évaluation.