
AFAPP Ateliers du Burn-out : reconnaître, prévenir et accompagner le burn-out

Présentation

Les ateliers du Burn-out sont un lieu de partage d'expériences et d'expérimentation d'une approche humaniste et pluridisciplinaire de la prévention et de l'accompagnement du burn-out. Ils s'adressent par conséquent à tous les professionnels de l'accompagnement – professionnel et personnel - amenés à recevoir et accompagner des personnes exposées au burn-out : médecins, psychologues, psychothérapeutes, coach, responsables RH, intervenant RPS, avocat ou médiateur, ...

L'accent est mis sur l'échange d'expériences au sein du groupe et l'expérimentation collective d'outils et repères permettant :

1. De reconnaître les symptômes, causes et stades de gravité du burn-out afin de comprendre la singularité de chaque situation et d'ajuster son intervention en conséquence ;
2. D'intervenir en prévention (primaire/ secondaire) pour aider les personnes en risque de burn-out à identifier les conditions d'un équilibre durable et adapter leurs comportements et pratiques ;
3. De situer son action et d'ajuster sa posture d'accompagnant dans le cadre d'une prise en charge pluridisciplinaire, pour aider les personnes en burn-out à se reconstruire et préparer leur retour au travail.

Ils se déroulent sur 3 samedis matins (10h-13h - 181 Ave Daumesnil 75012 Paris)

Programmes indicatif :

1^{er} décembre : Reconnaître et évaluer les situations de burn-out

- *Comment définir le burn-out et en comprendre les différentes causes : sociales, organisationnelles, personnelles ?*
- *Comment reconnaître la triade de symptômes constitutifs du BO ?*
- *Quels sont l'intérêt et les limites des tests comme le Maslach Burnout Inventory ?*
- *Comment évaluer le stade de gravité du burn-out dans une approche globale, tête-cœur-corps ?*

9 février : Prévenir le risque de burn-out

- *Comment aider les personnes en risque à identifier leurs besoins, aspirations, et ressources ?*
- *Quels liens faire et défaire entre burn-out, comportements individuels et pratiques collectives dans les organisations ?*
- *Quels dispositifs et quels cadres pour un accompagnement professionnel personnalisé en prévention primaire/secondaire : coaching individuel ou collectif ? interne ou externe ? tripartite ou non ?*

30 mars - Accompagner les personnes en burn-out

- *Comment décrire les différentes phases de la traversée du burn-out ?*
- *Comment articuler, à chaque phase de cette traversée, les interventions respectives du médecin, du psy, du coach, et des autres thérapeutes ou conseils ?*

- Comment développer sa qualité de présence et d'attention pour être au plus juste des besoins et du mouvement propre de chaque personne ?