

# Prise en charge du burn-out

C'est en 1969 que le terme **burn out** a été utilisé pour la première fois. Initialement utilisé comme une métaphore pour décrire les effets de la **toxicomanie**. Il est ensuite étendu aux professionnels accompagnant ces toxicomanes, et qui se sentaient aussi épuisés que les **patients/usagers** qu'ils accompagnaient, puis à tous les professionnels de la relation d'aide, engagés émotionnellement dans leur travail (infirmières, médecins, travailleurs sociaux mais aussi enseignants, etc.), et on sait désormais que tous les travailleurs – de l'ouvrier au chef d'entreprise – peuvent être exposés au burn out.

## Le saviez-vous ?

"C'est en 1969 que le terme burnout a été utilisé pour la première fois. Initialement utilisé comme une métaphore pour décrire les effets de la toxicomanie.

Peu à peu, on a étendu le terme à tous les professionnels de la relation d'aide, engagés émotionnellement dans leur travail. Enfin, aujourd'hui tous les travailleurs sont concernés."

## Objectifs

1. Appréhender le **phénomène d'épuisement professionnel** en sortant des représentations
2. Connaître les **symptômes du burn-out**
3. Connaître et prendre en compte les **comorbidités**
4. Appréhender les pratiques et méthodes spécifiques de la **relation thérapeutique**
5. Savoir organiser des réponses de **prise en charge individuelles et collectives**

## Le + de la formation

Des outils concrets pour affiner votre posture et faire face aux enjeux de terrain, visant à décrypter les conduites addictives, articuler soin et comorbidités et agir avec justesse.

## Public concerné et pré-requis

- Personnel concerné
- Soignant de services de psychiatrie (intra et extra hospitalier) amenés à prendre en charge des personnes en situation de burn-out

Si non spécifié, pas de prérequis

# Programme

## Jour 1 : Appréhender le phénomène et ses mécanismes

- Concept de burn-out, épidémiologie, sémiologie et diversité des tableaux cliniques , facteurs de risques, Le concept de burn-out

## Jour 2: Les comorbidités

- Comorbidités :Douleurs somatiques (Interactions, prises en charge), Risque suicidaire (données épidémiologie, évaluation du risque, réponses) Conduites addictives
- La prise en charge : démarche diagnostique, place de l'arrêt de travail, prise en charge médicamenteuse (non systématique) et thérapies adaptées

## Jour 3 :

- Relation d'aide dans les situations de burn-out: objectifs, positions tactiques, techniques, focus sur l'entretien de première intention, transferts et contre-transferts (comment se protéger dans ces prises en charge)
- Les techniques de thérapies individuelles/groupales / corporelles adaptées
- Focus sur le risque d'épuisement des soignants

## Votre intervenant

Psychiatre ou psychologue spécialisé dans la prise en charge du burn-out.

## Notre démarche

- Une approche pédagogique concrète et pragmatique s'appuyant sur des méthodes de pédagogie active : alternance d'apports de connaissances, d'études de cas, d'analyse de pratiques, exercices pratiques ...
- Un cadre de références basé sur les recommandations de bonnes pratiques
- L'élaboration d'un plan d'actions d'amélioration des pratiques en fin de formation

## Livrables

- Un livret pédagogique remis à chaque stagiaire durant la formation
- Des attestations de formation remises en fin de stage
- Un bilan pédagogique adressé à l'établissement (délai 1 mois), accompagné de la copie des attestations de formation.

## Evaluation

- La présence à l'ensemble des séances de formation est nécessaire pour l'atteinte des objectifs de la formation. Les stagiaires et l'intervenant seront ainsi tenus de signer une feuille d'émargement pour chaque demi-journée de formation suivie.
- Les compétences seront évaluées, par le formateur, au fur et à mesure de la formation afin de valider leur acquisition.

## Demande de devis

Name

Ce champ n'est utilisé qu'à des fins de validation et devrait rester inchangé.

Civilité

 ▼

Nom(Nécessaire)

Prénom(Nécessaire)

Nom de l'établissement / structure(Nécessaire)

Téléphone(Nécessaire)

E-mail(Nécessaire)

Fonction(Nécessaire)

Adresse

Code postal(Nécessaire)

Ville

Objet

 ▼

Nombre de personnes à former

Période souhaitée

Commentaire(Nécessaire)

Je souhaiterais avoir de plus amples informations.

Pourriez-vous me recontacter s'il vous plait ?

Je souhaite être rappelé(e)

Je souhaite être rappelé(e)

Conformément au Règlement Européen 2016/679 du 27 avril 2016 sur la protection des données personnelles, les informations vous concernant sont destinées à Infor Santé, responsables du traitement. Vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, de portabilité et de suppression des données qui vous concernent. Vous pouvez l'exercer en adressant un e-mail à l'adresse électronique suivante : [rgpd@avenirsanteformation.fr](mailto:rgpd@avenirsanteformation.fr). (Merci de ne pas ajouter d'informations personnelles ou sensibles) En savoir plus ici

Envoyer

## Inter

**Durée : 21h Jours : 3**

**Tarif : 980,00€ - Déjeuner offert**

## paris

**Date(s) :**

- Les 18-19-20 mars 2026
- Les 14-15-16 octobre 2026

## Intra

**Durée : Adaptable selon vos besoins**

**Tarif : Devis personnalisé sur demande**

Demande de contact

[Demande de devis](#)

[Pré-inscription](#)

Dernière modification le 20 février 2026 à 16h57

[contact@formasante.fr](mailto:contact@formasante.fr)