

PREVENIR L'ÉPUISEMENT EMOTIONNEL ET PROFESSIONNEL EN ESMS

Objectifs

Comprendre les phénomènes de stress et le syndrome d'épuisement professionnel.

Identifier les risques spécifiques aux métiers de l'accompagnement.

Adapter son positionnement professionnel.

Développer des stratégies pour prévenir l'épuisement professionnel.

Programme

■ Du stress à l'épuisement professionnel

- Définitions
- Les conséquences
- Les facteurs de risques

■ Les risques spécifiques aux métiers de l'accompagnement

■ Le positionnement professionnel

■ La prévention de l'épuisement professionnel

■ Développer sa compétence émotionnelle

Les supports seront adressés par voie électronique

Sur cette thématique spécifique, le rythme des séquences laisse la place à l'expression et à l'écoute des vécus de chacun dans le respect de la confidentialité

Durée

2 jours

Intervenant

Edith PALLU, psychologue du travail et coach professionnelle

Public(s) et prérequis

Tout professionnel des métiers de l'accompagnement.

Nombre de participants

5 à 15

Méthodes pédagogiques

Le formateur fera appel à un ensemble de techniques pédagogiques, permettant une alternance d'apports théoriques et de cas pratiques afin d'acquérir un ensemble de connaissances conformes aux objectifs pédagogiques.

Evaluation des acquis

Mises en situation, cas pratiques, exercices...

Une fiche d'évaluation sera remise aux stagiaires afin qu'ils puissent évaluer le contenu pédagogique et la méthode employée.

Une attestation de stage sera établie pour chaque participant à l'issue de la formation.

Tarif :

Coût pédagogique : 560 €

Frais de repas : 34 €

Informations pratiques

Horaires : 9h30-12h30 et 13h30-16h30

Lieu : Siège social de l'URIOPSS Bretagne