

# Burn-out : prévention, reconstruction (Méthode RPBO©)

## MANAGEMENT

Ref : RECRT08A



### Compétences visées

*Remobiliser ses capacités d'engagement au bénéfice de la reprise de sa trajectoire professionnelle, dans le contexte d'un burn-out.*

### Objectifs et contenus

#### Diagnostiquer et orienter

- Le contexte et les faits générateurs.
- Les mécanismes et les alarmes personnelles.
- Le panorama de reconstruction.

#### Sécuriser ses appuis

- L'histoire et le parcours.
- Les besoins fondamentaux.
- L'écologie personnelle.

#### Retrouver ses repères

- Le temps et l'espace.
- Le rapport à soi.
- Le rapport à l'autre.

#### Matérialiser ses frontières

- Les contenants et les repères.
- Les saisons de vie.
- Le scénario de vie.

### Objectifs complémentaires

#### Projeter les enjeux de la reconstruction

- Les ambitions.
- La trajectoire.
- Les possibles.

#### Reprendre son envol

- Les compétences.
- Les appétences.
- Les stratégies de réussite.

## Méthodes

- Supports psychopédagogiques de la méthode RPBO©.
- Outils de guidance ludiques et prospectifs.
- Tests.
- Expérimentations.
- Autocoaching.

## Personnes concernées

Tout professionnel exerçant au sein des établissements sanitaires et médicosociaux, en situation ou risque d'épuisement professionnel

## Valeur ajoutée

Nous vous proposons des parcours d'accompagnement individuel intégrant les apports de la méthode RPBO© et conçus pour s'adapter, tout au long de la démarche, aux besoins singuliers des personnes bénéficiaires. Chaque accompagnement est pensé pour permettre à son bénéficiaire d'être pleinement acteur de la démarche, lui assurant d'arpenter son parcours de reconstruction et de résilience à son rythme, en tenant compte de son histoire de vie professionnelle et personnelle. Les séances d'une durée d'1h30 à 2h sont réparties sur une période de 4 à 10 mois, en distanciel exclusivement (visio ou téléphone) ou alternant des temps distanciels et présentiels. Les parcours d'accompagnement structurés à l'appui de la méthode RPBO© peuvent s'envisager en amont au titre de la prévention secondaire, complétant à ce titre la démarche institutionnelle d'aide au diagnostic et à l'orientation de la personne accompagnée et/ou en aval au titre de la prévention tertiaire dans le cadre d'une démarche pédagogique personnalisée destinée à accompagner la reprise du travail après un arrêt de longue durée (maladie, accident professionnel...).

## Pré-requis

Aucun

## À noter

### Cette formation s'appuie sur les recommandations et référentiels suivants

- Méthode RPBO©, modélisée par Sabine BATAILLE, sociologue, conférencière et auteur (1er Prix du Jury Scientifique APEC, Université Paris X Dauphine, ANACT en 2012) et reconnue d'utilité sociale envers le public salarié et demandeur d'emploi.

**« Par l'intermédiaire du GRIEPS, vous bénéficierez de l'accompagnement d'un consultant membre du Réseau RPBO©, unique réseau d'experts indépendants pluridisciplinaires, spécialisés, formés et certifiés pour déployer le schéma directeur de reconstruction Post Burn-Out que j'ai développé. Votre consultant a été sélectionné sur les bases de ses compétences et de ses valeurs tant personnelles que professionnelles, habilité par sa certification RPBO© et est régulièrement supervisé dans sa pratique. Je vous souhaite un bon accompagnement et une reconstruction des plus sereines. Très cordialement ».** Sabine BATAILLE, Sociologue du travail, Dirigeante et fondatrice de la méthode RPBO©

Mise à jour le : **23/09/2024**