

Prévenir et gérer l'épuisement compassionnel

Comprendre, détecter et se protéger



Formation à thème

Cette formation d'une journée est consacrée à la compréhension de l'épuisement compassionnel, de ses mécanismes et de ses risques, ainsi qu'à l'identification de ses signes précoces et à l'expérimentation de routines de prévention et de récupération avant et après des entretiens éprouvants.

Objectifs

- Identifier les situations vécues d'épuisement ou de surcharge émotionnelle.
- Définition et concepts clés : stress, burn-out, traumatisme vicariant, épuisement compassionnel.
- Mécanismes psychologiques et physiologiques (empathie, surcharge émotionnelle, identification)
- Facteurs de risque individuels et organisationnels.
- Auto-évaluation : questionnaire simplifié type ProQOL et partage des ressentis.



Un module

1 session - 1 jour - 7 heures

6 novembre 2026

