



Mélissa PANGNY



Mélissa PANGNY

Détresse psychologique liée au travail

En France, 480 000 personnes seraient en détresse psychologique au travail, dont 30 000 personnes au stade de **Burn out**. En tant que médecins généralistes, vous êtes en première ligne dans le recours au soin de ces patients. Burn out, harcèlement, stress chronique : cette formation va vous permettre de traiter des patients présentant des souffrances psychologiques en relation avec leur travail.

En effet, ce sont autant de **problématiques amenées potentiellement par vos patients** et qui nécessitent de leur offrir une **écoute attentive** et des « portes de sortie » au-delà de l'action médicamenteuse s'il y a lieu.

Dans cette formation, nous aborderons les **différents facteurs de risques en entreprise**, ce à quoi peut être confronté l'individu au travail : manque de reconnaissance, inadéquation moyens / objectifs, surcharge de travail par exemple. Nous évoquerons les **symptômes que le patient peut exprimer**, tant physiques que psychiques.

Nous détaillerons ensuite :

- Quelle aide pouvez-vous apporter ?
- Quelle posture pouvez-vous adopter ?
- Quelles réorientations pouvez-vous proposer pour accompagner votre patient vers un mieux-être ?

À l'aide de cas cliniques et d'exemples concrets, vous aurez **des connaissances pratiques et immédiatement applicables** lors vos prochaines consultations.

Vous disposerez également de sources documentaires pour **développer davantage votre posture dans le cas de consultations** en lien avec la souffrance au travail. À l'issue de cette formation, **vous pourrez accueillir et prendre en charge efficacement vos patients** et travailler de concert avec les acteurs spécialisés dans ces thématiques.



Ce que vous allez mettre en pratique

- Comprendre ce que sont les risques psychosociaux.
- Comprendre ce qu'est le burn out.
- Différencier le burn out de la dépression.
- Savoir identifier les causes du mal être du patient.
- Connaître la meilleure posture à adopter en consultation pour accompagner son patient.
- Connaître les différents acteurs internes et externes pour bien orienter son patient.

[Cliquez ici pour vous inscrire](#)

Le programme pour mieux comprendre et accompagner les patients atteints de détresse psychologique au travail

- 1. Introduction**
 - a. Zoom sur les risques psychosociaux en entreprise
 - b. Risques spécifiques du télétravail
 - c. Problématiques rencontrées au travail : harcèlement moral, harcèlement sexuel
 - d. Définition du burn out et de ses différentes étapes
 - e. Zoom sur le stress
 - f. Exemple de cas cliniques
 - g. Différencier le burn out d'un stress ponctuel ou d'un état dépressif
- 2. Les risques psychosociaux : définitions et cas cliniques**
 - a. Zoom sur les risques psychosociaux en entreprise
 - b. Risques spécifiques du télétravail
 - c. Problématiques rencontrées au travail : harcèlement moral, harcèlement sexuel
 - d. Définition du burn out et de ses différentes étapes
 - e. Zoom sur le stress
 - f. Exemple de cas cliniques
 - g. Différencier le burn out d'un stress ponctuel ou d'un état dépressif
- 3. La posture du médecin en consultation**
 - a. Comment cerner la « réelle » problématique du patient ?
 - b. Quelle posture adopter dans le cadre de ces consultations ?
 - c. Comment sort-on d'un burn-out ?
 - d. Quel soutien lui apporter ?
 - e. Les principes de la psychothérapie de soutien
 - f. Les principes de l'entretien motivationnel
 - g. Quelles (ré)-orientations possibles pour le patient ?
- 4. Conclusion**
- 5. Exercices et fiches à télécharger**

[Cliquez ici pour vous inscrire](#)



Informations pratiques

Accessible en illimité et vidéos enregistrées

Formation 100% en ligne

Éligible DPC et OPCO

Fiches pratiques téléchargeables et certificat validant

Public visé : psychothérapeutes, psychiatres et psychologues