



Par
Nicole RUYSSCHAERT

Nicole RUYSSCHAERT

- Psychiatre
- Formatrice /
superviseur en hypnose
et psycho-traumatologie
- Past -Président ESH

FLEURIR » Les pétales de satisfaction dans la vie et au travail.

Prévention et rétablissement du burnout ou épuisement professionnel

Le burnout, *syndrome d'épuisement professionnel*, semble une épidémie ou même une pandémie. Les statistiques sont inquiétantes. Le burnout ne touche pas seulement les professionnels de la santé qui vivent des risques plus spécifiques, résultant de l'empathie, de l'absorption d'information sur la souffrance auxquels ils sont exposés. En fait, toutes les professions sont à risque : la charge de travail, l'imprévisibilité, le manque de soutien, la compétition remplaçant la coopération, ne plus donner du sens à ce qu'on fait et plusieurs autres éléments. Nous allons revoir les signes précoces et les phases de burnout de sorte que les employés individuels et l'organisation soient sensibilisés au problème.

La prévention est la meilleure thérapie. Au niveau individuel il y a des antidotes efficaces, des éléments qui font **fleurir**. Fleurir (c'est-à-dire cultiver) est un acronyme composé à partir du **'flow'** à trouver, de **l'engagement positif** et de la motivation, **l'utilisation des ressources, de l'imagination** et la **résilience**. La description de chaque élément sera suivie de plusieurs exercices en hypnose.

Dans le processus de guérison à la suite d'un burnout l'hypnose est intégrée dans chaque aspect qui mérite l'attention dans le rétablissement. Contrôle et exploration du stress et de l'excitation et des symptômes physiques. L'analyse et la gestion des facteurs de risques / déclencheurs comme les événements traumatisants, le harcèlement, les conflits de personnalités, les conflits au travail et l'interface travail et vie privée. L'hypnose favorise les aptitudes d'autorégulation et les circuits neuronaux de bien-être comme boussole intérieure. Le client retrouve le sens et la satisfaction nécessaire pour le bien-être au travail, même dans des circonstances difficiles.

Objectifs pédagogiques

1. Connaître les signes individuels du burnout et ceux au niveau de l'organisation.
2. Découvrir, mobiliser et pratiquer les éléments du *fleurir* en hypnose pour la prévention du burnout.
3. Saisir les mesures spécifiques et phases de traitement du burnout, et la place/ la valeur de l'hypnose dans le plan de traitement. Exercices pratiques.

**« ...utilisation des
ressources, de
l'imagination et la
résilience ... »**

Inscriptions:

Date :

**Samedi 22 et Dimanche 23
Septembre 2018**

Lieu :

*Hôpital Mermoz,
55 Avenue Jean Mermoz,
69008 Lyon*

Coût :

- **240 €** (adhérent Imelyon)
(+ 65€ non adhérent)
- **350€** (si prise en charge
formation continue)

Public : cycle I, cycle II et tout
professionnel de santé ayant au
moins une année de formation en
hypnose ericksonienne.

**Le bulletin est à renvoyer
accompagné du règlement**

- soit par la poste à :

**IMElyon,
3 Cours Charlemagne
BP 2597
69217 Lyon Cedex 02**

**- soit directement sur le site :
*imelyon.fr***

- soit par mail à : contact@imelyon.com

*Votre inscription sera validée à réception du
règlement envoyé à l'adresse ci-dessus.*



**Bulletin d'inscription :
Séminaire Nicole RUYSSCHAERT
Samedi 22 et Dimanche 23 Septembre 2018**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Mail :

Téléphone :

Le :

Signature :