



Procédure d'accompagnement au burn-out au CVIM

Projet pilote Fedris - Prise en charge précoce du burn-out

Accompagnement de travailleurs à risques élevés de burn-out dans le secteur hospitalier et le secteur bancaire

Le burn-out est défini comme “ un épuisement résultant du manque (prolongé) de réciprocité entre l'investissement et ce qui est reçu en retour. Cet épuisement a un impact sur le contrôle des émotions et des cognitions, ce qui provoque aussi des changements dans les comportements et les attitudes (prise de distance), et résulte en un sentiment d'inefficacité professionnelle”. Extrait de l'avis du conseil supérieur de la santé N° 9339, septembre 2017 p.1.

Les motivations du CVIM :

- Evaluer la demande du travailleur avec des outils spécifiques, reconnus par le monde scientifique et adaptés à la problématique du burn-out.
- Guider le travailleur de façon transparente et structurée grâce à une équipe pluridisciplinaire compétente au sein d'une seule infrastructure située au centre de Liège → réseau de professionnels du CVIM
- Accueillir les travailleurs en dehors de leurs heures de bureau → CVIM ouvert de 8h à 20h
- Suivi et accompagnement de patients en vue du maintien ou du retour au travail → intégration professionnelle.
- Participer à un projet pilote et agir pour la diminution des risques secondaires liés au burn-out en milieu professionnel.

3 canevas d'accompagnement différents aménageables :

1. Canevas de base (Tableau ci-dessous +/- 50 séances)
2. Canevas de base + prévention en entreprise
3. Canevas sur mesure adaptable en fonction de la demande

Canevas de base	N° de séances	Professionnels du CVIM
Anamnèses : <ul style="list-style-type: none">• Personnelle• Professionnelle <p>Idéalement cette anamnèse serait réalisée par le professionnel qui deviendrait le référént du client et qui l'accompagnerait tout au long de son parcours</p>	2	Tout professionnel du CVIM ou professionnel référént Laurence NICOLAI (Académie du BURNOUT, formation 2019 en cours)

Anamnèse médicale (check-up : avec prise de sang et évaluation hormonale)	1-2	Dr Caroline de LANTSHEERE (expérimentée en médecine du travail)
Bilan burn-out : on envoie par mail : <ul style="list-style-type: none"> ● Échelle de Maslash ● Échelle de mesure des symptômes physiques, symptômes psychologiques, des facteurs de risques et des facteurs de protection ● PBT ● Rédaction d'un rapport sous forme de courrier au médecin traitant à re-travailler en collaboration avec le client avant de l'envoyer au médecin. ● Plan d'action construit avec le client sur base des facteurs distaux (ceux sur lesquels le client n'a pas de contrôle et sur lesquels on ne peut pas agir) et les facteurs proximaux (à privilégier puisque le client a du contrôle dessus) 	1-3	Référent Delphine BOURGEOIS (Nutrithérapeute - certifiée en Éducation thérapeutique du patient ULg) ou autre professionnel du CVIM
Accompagnement minimum 1 X par mois pour le suivi du rythme du client (cf schéma Étapes du BO)		Référent (idéalement sinon par psy du CVIM)
Groupe de parole	Tous les 15 jours	Cindy VALLEE
Bilan nutritionnel	2	Delphine BOURGEOIS (Nutrithérapeute)
Relaxation profonde	8	Sébastien QUERTAIN (Kinésithérapeute)
Intelligence émotionnelle	Transversale	chaque professionnel
Hypnose	5-10	Raquel LAVERDEUR (Psychologue - hypnothérapeute)
IRMR3 (Vocat) → Test d'orientation professionnelle	2	Arnaud de BEER (Psychologue - spécialisé testing)
MBTI → Test de personnalité	5	Alice SINI (Psychologue - psychothérapeute)
Bilan coaching + coaching	5	Brigitte CHANTEUX (Spécialisée en entreprise - Coaching - Burnout)
Récit de vie	5	Alice SINI
Élaboration d'un nouveau projet professionnel au sein de l'entreprise	5	Michael GARRAIS (Analyste financier - Conseiller économique)
TOTAL	+ 50 séances minimum	2500€

Nos atouts :

Le CVIM est un Centre pluridisciplinaire Valorisant les Intelligences Multiples. Nous sommes une équipe d'indépendants motivés et compétents dans le domaine de la santé, du bien-être et de l'accompagnement au développement professionnel et personnel. Notre équipe est constituée de plusieurs professionnels titulaires d'un master en sciences psychologiques, master spécialisé en médecine du travail, Master en sciences de gestion du travail, Nutrithérapie ... et ayant suivi des formations diverses dans les domaines du burn-out, de la gestion du stress et du monde de l'entreprise. Nous avons 5 ans d'expérience dans les domaines de la psychopathologie générale, de l'accompagnement pluridisciplinaire de patients en souffrance au travail et plus particulièrement dans le suivi de personnes à profils spécifiques (Asperger, dyslexique, dysorthographique, TDA/H, HP ...). Nous sommes particulièrement soucieux d'accompagner le client avec pour objectif son maintien ou son retour sur son lieu de travail tout en accompagnant l'employeur dans la mise en place d'aménagements raisonnables adaptés aux besoins spécifiques de son professionnel.

Notre force est l'habitude du travail en équipe pluridisciplinaire avec l'aide d'un Médecin spécialisé en Médecine du travail (Caroline de LANTSHEERE) riche d'une expérience de plus de 10 ans comme Conseiller en prévention-médecin du travail et faisant partie intégrante de l'équipe du CVIM.

Notre équipe se réunit au moins une fois par semaine pour aborder le suivi et l'éventuel réajustement du suivi des clients et une fois par mois avec un expert externe (Médecin - Psychiatre - Coach).

Nous veillons à travailler avec l'ensemble des acteurs :

- Le travailleur, dans son développement et épanouissement personnel, meilleure connaissance de ses forces et de son mode de fonctionnement. Gestion du stress et de ses émotions. Accompagnement pour une alimentation saine qui répond à ses besoins physiologiques et nutritionnels.
- Le travailleur, dans la mise en place immédiate de petits objectifs réalisables pour envisager à moyen terme, un objectif plus ambitieux autour d'un projet valorisant les formes d'intelligences du client, ses intérêts et ce qui fait sens pour lui. Ce projet personnel permet un réancrage plus rapide et plus durable au sein de l'entreprise (objectif à terme).
- L'employeur pour l'aider à mettre en place des aménagements raisonnables au sein de l'entreprise en vue d'accueillir son professionnel et viser sa réintégration dans les meilleures conditions possible au sein de l'équipe.
- La famille du travailleur en cas de nécessité.

Nos valeurs :

Nous oeuvrons à la Valorisation des Intelligences Multiples pour la bonne intégration du client au sein de son entreprise.

Nos valeurs, la bienveillance, le professionnalisme, le travail en équipe pluridisciplinaire (tenue au secret professionnel) en vue de poser un diagnostic différentiel qui tient compte de l'ensemble des facteurs (psychosociaux - organisationnels - individuels et familiaux) de la personne. Une équipe encadrante et spécialisée dans chaque domaine lié aux facteurs de risques qui entrent en interaction dans le processus de burn-out.

NB : L'ensemble des CV des professionnels cités dans ce rapport sont disponibles en pièce jointe. Nous restons joignables pour toute information complémentaire laurence.nicolai@cvim.be.