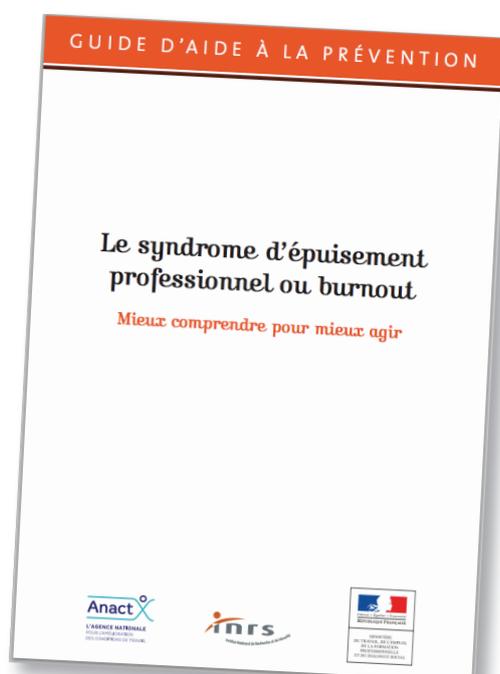


Le syndrome d'épuisement professionnel ou *burnout*

Un guide d'aide à la prévention

Risques psychosociaux (RPS), *burnout*, épuisement professionnel... Ces termes recouvrent aujourd'hui une diversité de situations qui sont toutes à analyser au regard du travail, de ses conditions d'exercice et de l'environnement relationnel du travailleur. Comme pour l'ensemble des RPS, le syndrome d'épuisement professionnel provient d'une situation de travail dégradée, mettant en jeu l'individu et l'organisation au sein de laquelle il travaille. Il est donc important de bien circonscrire ce que recouvre ce syndrome, plus communément appelé *burnout*, afin de permettre à toute structure, publique comme privée, d'agir en amont pour éviter son apparition.

Dans cet objectif et dans la continuité des travaux sur la prévention des RPS, la Direction générale du travail (DGT), l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS) et l'Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail (Anact), avec l'appui d'enseignants-chercheurs et d'experts de terrain (médecin du travail, docteur en psychologie du travail) publient un guide pour aider l'ensemble des acteurs de la prévention (employeur, encadrement, représentant du personnel, service de santé au travail, médecin traitant, médecin spécialiste...) à agir en prévention sur le syndrome d'épuisement professionnel.



Le guide met notamment en évidence les facteurs liés au travail sur lesquels l'entreprise peut agir en répondant à trois questions :

- Que recouvre le *burnout* ?
- Quelles sont les actions collectives et individuelles qui peuvent être mises en œuvre pour prévenir ce syndrome ?
- Quelles recommandations peuvent être données pour réagir, collectivement et individuellement, face à un ou plusieurs cas de *burnout* ?

Le guide est téléchargeable sur travailler-mieux.gouv.fr, inrs.fr et anact.fr.