



Preventech Consulting est un cabinet-conseil dédié à l'amélioration des conditions de travail, organisé autour de 3 pôles :

- Sécurité au travail
- Ergonomie
- QVCT



OBJECTIFS

Le syndrome de burn-out ou syndrome d'épuisement professionnel est un terme qui désigné un état de fatigue émotionnel, mental et physique qui suit une période de stress accumulé, de surmenage ou de d'investissement prolongé dans des situations de travail exigeantes sur le plan émotionnel. Les conséquences du burn-out sur la santé peuvent être très graves.

- Le questionnaire d'auto-diagnostic du burn-out permet une auto-évaluation prudente de votre état d'épuisement professionnel. Il évalue les différentes dimensions de l'épuisement professionnel.
- Il s'agit d'une auto-évaluation initiale qui permet de constituer les premiers repères afin de servir de support à un échange plus approfondi avec un professionnel de santé. Les résultats peuvent vous renseigner quant à l'opportunité de chercher une aide médicale et/ou psychothérapeutique.

MÉTHODOLOGIE

Ce questionnaire d'auto-diagnostic est basé sur plusieurs échelles psychométriques validées scientifiquement. Il comporte 32 questions et vous permet d'auto-évaluer les dimensions suivantes :

1. Vécu d'épuisement général
2. Epuisement professionnel
3. Désinvestissement relationnel
4. Accomplissement professionnel
5. Fatigue cognitive

La passation de ce questionnaire dure 15 minutes. A l'issue, vous aurez un aperçu de votre intensité de symptomatologie :

- Faible - pas ou peu de symptômes
- Vigilance – symptomatologie préoccupante
- Alerte – symptomatologie certaine

MOYENS

Accessible et intuitive, notre plateforme Hub Santé & Sécurité au travail vous permet de réaliser un auto-diagnostic en ligne en respectant votre anonymat et confidentialité.

Vous obtenez les résultats clairs et lisibles ainsi que leur interprétation.