

# L'ÉQUATION #QVG DU CREDIR : COMMENT LA QUALITÉ DE VIE HORS TRAVAIL PERMET-ELLE DE DIMINUER LES RISQUES DE BURN OUT ?

## INTERVENANT

### Jean-Denis Budin

- ESSEC, Docteur EDDBA Université de Paris Dauphine.
- Co-Fondateur du CREDIR avec le Dr Benoît Gillain, Chef de service Psychiatrie de la Clinique Saint-Pierre, Ottignies, Belgique.
- 35 000 pages d'interviews récits de vie, dont 10% avec des professionnels de santé.
- Nombreuses conférences avec des médecins.

Mail : [jd.budin@credir.org](mailto:jd.budin@credir.org)

## OBJECTIFS

- Par rapport au reste du programme, il s'agit d'insister sur le 3<sup>e</sup> facteur de l'équation #QVG = Santé + QVT + QVHT et de montrer comment ce facteur peut être un accélérateur ou un décélérateur des passages à vide professionnels.
- Recherche de 3<sup>es</sup> vies pour s'équilibrer.

## CONTENU DE L'ATELIER

Explications puis débat de sensibilisation.

Les équipes du CREDIR n'ont jamais vu de burn out 100% professionnel. C'est toujours un ensemble de facteurs, illustré par l'équation #QVG. Seul un travail d'optimisation globale des conditions de vie permettra de récupérer d'un passage à vide et de prévenir ces situations.

## BÉNÉFICES ATTENDUS

Une posture plus globale pour affronter les problématiques de #RPS dans toutes les professions, notamment de santé.