

Le BURN OUT PROFESSIONNEL

Durée : 1 jour / 7 heures

Public : DRH, RRH, Médecin du travail, Membres de la CSSCT, du CSE. Entrepreneur, Manager.

Prérequis : aucun

Objectifs :

- Etre à l'écoute des facteurs déclencheurs du burn-out.
- Détecter les symptômes et pouvoir repérer les changements de comportement.
- Etre capable d'accompagner les salariés en souffrance.
- Définir les plans de prévention et d'actions.

Dans cette période particulière, l'entreprise est confrontée à des réorganisations (le télétravail), des restructurations, des incertitudes. Les nouvelles méthodes managériales, les nouveaux challenges peuvent épuiser les collaborateurs, voire rendre malade. C'est pourquoi il est important de détecter les symptômes du burn out et d'en analyser les causes pour agir sans délai. L'accompagnement du salarié est primordial, c'est l'objectif de cette formation.

*Cette formation peut comporter un 2ème jour individuel pour une mise en pratique personnalisée

Délais d'accès : En moyenne 15 jours ouvrés avant le début de la formation

Modalités : En présentiel

Formation individuelle ou en groupe de 8 personnes maximum (inter – intra)

Accessibilité : Accès PMR, pour tout autre handicap. Contactez notre référente, Caroline CREPY 06 - 22 - 94 - 26 - 89.

Moyens techniques : Paperboard, vidéoprojecteur, ordinateur formateur

Lieu et Tarif : NOUS CONSULTER

Programme détaillé :

- Identification de la demande, des attentes et des motivations.
- Présentation des outils.
- Découverte de l'environnement de travail.

Qu'est-ce qu'un BURN-OUT ?

Qu'appelle-t-on vraiment « burn-out » ou « syndrome d'épuisement professionnel » ?

Ne pas confondre avec Ce que le BURN-OUT n'est pas Être à l'écoute des facteurs déclencheurs du burn-out : Quelles sont les causes du Burn - out ?

- Les facteurs de RPS liés au travail
- Les caractéristiques liées à l'individu

Quels sont les symptômes du Burn out ?

- manifestations émotionnelles
- manifestations physiques
- manifestations cognitives
- manifestations comportementales ou interpersonnelles
- manifestations motivationnelles ou liées à l'attitude

Détecter les symptômes :

- **Les outils de mesure et de détection**

Accompagner les salariés en souffrance

- Comment réagir, collectivement et individuellement, face à un ou plusieurs cas de burn-out ?

Définir un plan de prévention - Informer et former les travailleurs

Les moyens et les actions collectives et individuelles qui peuvent être mises en œuvre pour prévenir et agir sur ses facteurs de risque ?

Définir un plan d'action

Méthodes mobilisées : Exposé, étude de cas pratiques/débriefing, tests, mise en situation, jeux de rôle.

Modalité d'évaluation : Auto diagnostic, exercices, mise en situation

Mesure de la satisfaction : Questionnaire de satisfaction

Assiduité : Attestation individuelle de formation

Contact : Caroline CREPY caroline.crepy@neuf.fr 06-22-94-26-89