

Le burn-out ou syndrome d'épuisement professionnel

OBJECTIFS

Savoir prévenir ou gérer des situations de burn-out, avec le salarié concerné et le reste de l'équipe.

PROGRAMME

1 - RETOUR D'EXPERIENCES (REX)

2 - COMPRENDRE LE BURN-OUT, POUR MIEUX AGIR :

Enjeux d'une prévention du burn-out

- Principaux facteurs de RPS
- Coûts et bénéfices de la santé au travail
- En quoi le management est-il concerné ?
- Enjeux d'une responsabilité civile et pénale des dirigeants

La définition la plus largement utilisée

- Un risque psychosocial
- Les facteurs du burn-out : individuels et organisationnels
- Le processus : les trois étapes menant au burn-out
- Les symptômes constitutifs du burn-out

Diagnostic différentiel

- Surmenage, dépression, instrumentalisation...
- Burn-out, bore-out, brown-out

3 - INTERVENIR PRECOCEMENT : PREVENIR LE BURN-OUT ET ACCOMPAGNER LES SALARIES

Détecter le burn-out - signaux individuels et collectifs

- La détection précoce des signaux d'alerte
- L'évaluation des risques de burn-out pour soi-même

Accompagner le burn-out à différents niveaux

- Prise en charge individuelle
- Passer d'une situation individuelle à un questionnement collectif et organisationnel

4 - ETUDE DE SITUATIONS CONCRETES

Partage de difficultés et de bonnes pratiques selon la méthode du Co-développement

CODE QVT01

Public

Dirigeants, DRH, RRH,
Responsable de services, manager.

Pré-requis

Encadrer une équipe.

Démarche pédagogique

Formation associant les aspects théoriques et implication pratiques (échanges, exemples concrets).

Méthode d'évaluation

QCM
Enquête de satisfaction

Durée : 7 heures en présentiel ou à distance
(2 modules de 3h30)

Tarif inter par personne

Adhérent : 450,00 € HT.
Non adhérent : 900,00 € HT.

Tarif intra : Nous consulter

Taux de satisfaction : Nouveau programme

Nbre de participants (en inter) : 5 min - 10 max

Les formatrices : Cabinet AlterAlliance

Valérie SCHEGIN

Médiatrice, Valérie a commencé par travailler en milieu industriel. Consultante associée, elle est intervenante en Prévention des Risques Professionnels (IPRP). Sa connaissance terrain de l'entreprise lui permet d'être au plus proche des attentes des organisations.

Vanessa BOISSARD

Psychologue Sociale, Vanessa intervient depuis 15 ans sur des missions qui requièrent de fortes capacités de diagnostic, organisationnel et managérial. Consultante associée, elle est aussi intervenante en Prévention des Risques Professionnels (IPRP) et enseignante (Université de Paris).

