



Faire face au risque de burn-out des collaborateurs

2 jour(s), soit 14 heures

Programme de formation

Public visé

Personnel RH, membre de la CSSCT, du CSE, toute personne intéressée par la prévention du burn-out

Pré-requis

Pas de prérequis

Objectifs pédagogiques

Comprendre les facteurs déclencheurs du burn-out

Détecter les symptômes et repérer les changements de comportement

Accompagner les salariés en souffrance

Définir les plans de prévention et d'actions

Description / Contenu

Prendre en compte la complexité des facteurs de burn-out

- Les manifestations du syndrome d'épuisement professionnel :
 - lien entre burn-out et les autres facteurs de risques ;
 - les contextes qui induisent des risques de burn-out.
- Les populations sensibles : histoire professionnelle, catégorie d'âge, CSP...

Repérer les manifestations de l'épuisement professionnel

- Identifier les premiers signes pour agir préventivement.
- Évaluer les facteurs de stress au travail d'un collaborateur.
- Détecter les étapes et les manifestations d'un risque de burn-out.
- Mesurer les impacts sur la santé physique et psychologique du salarié.

Accompagner le salarié en souffrance au travail

- Mesurer le niveau de burn-out d'un salarié.
- Mettre en place un accompagnement en posant le cadre : confidentialité, devoir d'alerte, besoin de soutien.
- Créer des groupes d'échange.
- Faire appel aux professionnels externes.
- Alerter les acteurs : DRH, médecins du travail, services sociaux.

Définir les plans de prévention et d'actions

- Conséquences du burn-out : coûts et obligation de résultats de l'employeur.
- Identifier tous les indicateurs et mesurer leur gravité.
- Mener un entretien d'accompagnement.
- Informer pour faciliter la prévention.
- Sensibiliser les managers à leur rôle.
- Faire face aux situations à risque.
- Construire un plan de prévention.

Modalités pédagogiques

Alternance entre apports théoriques et exercices pratiques.
Nombreux exercices et simulations

Moyens et supports pédagogiques

Salles équipées : vidéoprojecteur et paperboard. Chaque stagiaire dispose d'un support de cours papier ou électronique et de matériel de prise de notes

Modalités d'évaluation et de suivi

Compte rendu de fin de formation et analyse interne
Questionnaire « évaluation de la formation » rempli par le stagiaire

Validation de stage

Attestation de stage

Profil du formateur

Formateur diplômé en psychologie ou en communication

Lieu

JCD and CO - 193 RUE DU GENERAL METMAN, 57070 METZ France

Informations sur l'accessibilité

La formation est accessible aux personnes à mobilité réduite et toute demande d'adaptation peut être étudiée en amont de la formation en fonction du besoin des personnes. Nous contacter pour plus d'informations.