



Prévenir le burn-out



Accessibilité
handicap

Objectifs :

- ⇒ Comprendre le phénomène de burn out et son impact dans le monde du travail
- ⇒ Identifier les manifestations du burn out, notamment les signaux faibles
- ⇒ Savoir accompagner le salarié en situation de « pré » burn out ou de burn out constitué, avec la bonne posture
- ⇒ Définir des actions collectives pour prévenir le burn out.

Programme :

- ◆ Déterminer les causes du burn out
- ◆ Mieux connaître le burn out pour le détecter
- ◆ Identifier les conséquences du burn out sur le salarié
- ◆ Appréhender les facteurs de risques psychosociaux qui favorisent le burn out
- ◆ Accompagner le salarié en situation de souffrance, avec la bonne posture
- ◆ Définir des actions collectives pour prévenir le burn out

Approche méthodologique :

Echanges interactifs
Repérage des indicateurs, travail à partir de situations-problèmes Co-construction de leviers de prévention

Modalités pédagogiques :

- Formation en présentiel
- Support de formation Power Point
- Quiz

Modalité d'évaluation des acquis :

- Questionnaires

Durée	Nombre de participants	Prérequis	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	10 maximum	Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à la formation	Cadres et responsables d'encadrement, responsables et collaborateurs RH, chargés de prévention santé et sécurité, acteurs de la santé au travail, représentants du personnel	Psychologue du travail - Conseil en prévention des risques psychosociaux et qualité de vie au travail	Intra-entreprise	3 300 € HT par groupe, soit 330 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes