



Prévention du burn-out pour les managers

Contexte

Le burn-out se traduit par un « épuisement physique, émotionnel et mental qui résulte d'un investissement prolongé dans des situations de travail exigeantes sur le plan émotionnel ». Si une extrême fatigue et l'épuisement physique sont les deux grandes caractéristiques du burn-out, il existe d'autres symptômes qui doivent alerter le manager. Cette formation vise à outiller les managers afin de les aider à identifier les signaux d'alerte et à accompagner les collaborateurs fragilisés.

Objectif

- Comprendre le phénomène de burn-out et son impact dans le monde du travail ;
- Identifier les manifestations du burn-out, notamment les signaux faibles ;
- Connaître les facteurs organisationnels et managériaux exposant à l'épuisement professionnel ;
- Prévenir et faire face à l'épuisement professionnel.

Programme

- Chiffres et statistiques en France et dans le monde ;
- Définition du burn-out : modèle tri-dimensionnel de Maslach et Jackson, stades et étapes du burn-out ;
- Distinguer 3 concepts : Burn-out, brown-out, bore-out ;
- Lien entre le burn-out et les risques psychosociaux ;
- Cadre légal, obligations et rôle du manager ;
- Facteurs organisationnels et managériaux favorisant l'épuisement professionnel : facteurs des RPS ;
- Contextes personnels et professionnels favorisant le burn-out ;
- Détecter : les premiers signes et les manifestations du burn-out ;
- Détecter : auto-diagnostic et grille d'entretien (Inventaire de Maslach) ;
- Repérage collectif : absentéisme, turn-over, AT, conflits ;
- Agir sur les facteurs organisationnels et managériaux - prévenir les RPS et favoriser la QVCT dans la pratique managériale ;
- Accompagner un salarié en souffrance : posture, méthode, compétences psycho-sociales ;
- Connaître les personnes ressources internes et externes ;
- Accompagnement du retour au travail et prévention de la désinsertion professionnelle - rôle du manager.

Approche méthodologique

- Quiz, exercices et études de cas
- Echanges interactifs
- Repérage des indicateurs, travail à partir de situations-problèmes
- Co-construire des leviers de prévention

Modalités pédagogiques

- Formation en présentiel
- Support de formation PowerPoint
- Quiz

Modalités d'évaluation des acquis

- Evaluation individuelle (QCM et Quiz)

Preventech Formation

Tél : 01 44 09 70 44 / www.preventech.net



Durée
14h



Quantité
10 max.



Prérequis

Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à la formation



Personnel concerné

Cadres et responsables d'encadrement, responsables et collaborateurs RH, chargés de prévention santé et sécurité, acteurs de la santé au travail, représentants du personnel



Intervenants

Une psychologue du travail
Conseil en prévention des RPS et QVT



Type

Intra-entreprise



Prix

3 300 € HT par groupe soit
330 € HT par stagiaire pour un
groupe de 10 personnes.

Toutes nos formations sont accessibles aux personnes à mobilités réduites, en situation d'handicap visuel, auditif ou mental. Veuillez nous contacter afin que nous puissions aménager et adapter votre formation.



Nous nous engageons à vous recontacter sous 72h ouvrées pour définir ensemble des dates de déploiement des formations.