

Managers, prévenez l'épuisement professionnel de votre équipe - le burn out -

Code produit : DMEP / Version : V1

FINALITE DE LA FORMATION

Prémunir sa santé et celle de tous les salariés et maintenir un haut niveau de compétences et d'efficacité.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Décrire et comprendre le syndrome du BURN OUT dans toutes ses dimensions,
- Repérer les indices qui peuvent mener à l'épuisement,
- Réfléchir à des actions préventives et correctives à mettre en place dans sa structure.

PUBLIC CONCERNE/EMPLOI VISE

Toute personne en situation de management d'équipe.

PREREQUIS

Aucun

MODALITES

Durée : 21 heures / 3 jours

Type : Présentiel

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Analyse de cas : pratiques réflexives à partir de situations réelles avec suivi d'indicateurs,
- Alternance d'exposés et d'exercices,
- Échanges centrés essentiellement sur la réalité professionnelle des participants.

Validation des acquis : Tour de table, observation à partir d'étude de cas

Sanction de la formation : Attestation de fin de formation

Profil de l'intervenant : Psychologue du travail - Consultante en management spécialisée en souffrance au travail

PROGRAMME

Acquisition de connaissances

• LE BURN OUT

- Définition et description : naissance, caractéristiques, symptômes, causes et conséquences
- Un processus multidimensionnel : individuel, organisationnel, psychosociologique...
- Burn out et maladies
- Évaluation et diagnostic : questionnaires, audit de stress...

• Les liens avec le stress, une réalité biologique et une réalité psychologique

- Naissance, définition, mécanismes du stress, phases, sources et conséquences : décrypter la souffrance « psychique », une étape à « soigner »

• Les pistes de préventions et traitement

- Au niveau de l'individu : marge de manœuvre et pouvoir d'action
- Au niveau de l'organisation : sources et effets de l'organisation sur l'épuisement professionnel, des aménagements à trouver...
- Au niveau du management : les pratiques managériales à risques et les modes managériaux « préventifs » ...
- Accompagner le changement : aider à retrouver des repères, du sens, quelques clés pour rester cohérent...
- Quels interlocuteurs de choix pour prévenir et traiter ?

Analyse des pratiques professionnelles

Analyse de cas : pratiques réflexives à partir de situations réelles avec suivi d'indicateurs.

Cas concrets amenés par chacun des participants vécus et répétés pour lesquels chaque stagiaire est en capacité de les retranscrire.

Echanges avec le formateur sur chaque cas, évaluation des pratiques et analyse des écarts entre les apports de connaissances donnés en amont et la pratique observée à ce jour.

Évaluation des connaissances.

Mise en place d'actions d'amélioration et suivi

A partir des outils présentés, chaque participant devra réaliser une présentation et analyse écrite d'une situation professionnelle à transmettre à l'intervenant.

Un retour sera fait au vu des axes d'amélioration préconisés lors de la 2ème journée de formation.

LES + ASFO

Nos responsables pédagogiques et intervenants sont des experts reconnus dans leur métier.

Certification AFNOR selon le référentiel ISO 9001.