

OBJECTIF(S) OPERATIONNEL(S)

A l'issue de l'action de formation, le ou la participant(e) sera capable de :

- Repérer les signes précurseurs de l'épuisement professionnel

OBJECTIF(S) DE L'ACTION DE FORMATION

Détecter les symptômes du burn-out et en analyser les causes pour agir sans délai.
Accompagner efficacement le salarié.

PUBLIC

Toute personne en activité professionnelle

PRÉREQUIS

Personne majeure et francophone.

MOYENS ET OUTILS PÉDAGOGIQUES DE L'ACTION DE FORMATION

Prise en compte des attentes et des besoins identifiés préalablement à l'action de formation.
Alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques et de partages d'expériences.

LIEU DE FORMATION

CCI Campus Moselle – 5, rue Jean-Antoine CHAPTAL 57070 METZ
Cette formation est possible en présentiel ou en distanciel grâce à une connexion avec votre ordinateur ou votre smartphone.

MODALITES ET DELAIS D'ACCES

Inscription via notre bulletin d'inscription : au minimum 15 jours avant le démarrage de la session
Si prise en charge par un OPCO : vous devez en faire la demande à votre OPCO un mois avant le démarrage de la session.

CONTACTS

Téléphone : 03 87 39 46 66
Mail : formationcontinue@moselle.cci.fr
Web : www.cciformation.org

ACCESSIBILITE



Tous nos sites répondent aux conditions d'accessibilité et sont desservis par les réseaux de transport urbain.
Le centre mobilisera les moyens adaptés au handicap avec les structures existantes.

PROGRAMME

Prendre en compte la complexité des facteurs de burn-out

Le lien entre burn-out et les autres facteurs de risques professionnels
Les contextes professionnels qui induisent des risques de burn-out

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 des salariés concernés
Mettre en place un accompagnement en posant le cadre : confidentialité, devoir d'alerte, besoin de soutien
Créer des groupes d'échange et de pilotage sur le sujet
Faire appel aux professionnels extérieurs (psychologues)
Alerter les acteurs institutionnels : DRH, médecins du travail, services sociaux

Définir les plans de prévention et d'action

Connaître les conséquences du burn-out
Identifier tous les indicateurs et mesurer leur gravité
Mener un entretien d'accompagnement
Informier pour faciliter la prévention
Sensibiliser les managers à leur rôle spécifique face à la souffrance au travail
Faire face aux situations à risque
Construire un plan de prévention associant tous les acteurs

SUIVI ET ÉVALUATION DES RÉSULTATS

Document d'évaluation de satisfaction, test des acquis, attestation de présence, attestation de fin de formation individualisée.

Evaluation des acquis en cours de formation par des outils adaptés et communiqués en début de l'action de formation (exemples : quizz, mises en situation, jeux de rôle, ...)

DATES Site de Metz (autre sur demande)

13, 14 février 2023

5, 6 avril 2023

22, 23 juin 2023

16, 17 octobre 2023

DISPOSITIONS PRATIQUES

Effectif maximum : **8 participants**

POUR ALLER PLUS LOIN

Gérer son stress.

CCI Campus Moselle - 5, rue Jean-Antoine Chaptal 57070 METZ
03 87 39 46 00 - formationcontinue@moselle.cci.fr - www.ccifformation.org
SIRET : 185 722 022 00125 – N° de déclaration d'activité : 41 57 P 000 957