

Le burnout : identifier et prévenir

Objectifs : donner les clés pour :

- Connaître les spécificités du Burnout
- Identifier les signes précurseurs
- Comment aider un collaborateur et prévenir le Burnout

Durée : 1 journée (7 heures)

Programme

Matinée

Le Burnout

- Ce qu'il est et ce qu'il n'est pas
- Les différentes phases
- Décryptage d'exemples en entreprises
- Les causes du Burnout

Après-midi

Comment prévenir le Burnout chez des collaborateurs

- Mission et le rôle du collaborateur, par rapport à ses acquis et compétences
- Apprendre à questionner pour identifier la ou les causes du Burnout
- Les différentes solutions

Date et horaire : nous consulter

Lieu : présentiel* ou distanciel

*Nous contacter

Public cible : DRH et managers

Participants : 6 maximum*

*Si vous êtes en situation de handicap ou avez des contraintes horaires, logistiques - Contactez-nous pour étudier ensemble les adaptations possibles

Pré-requis : aucun

Méthodologie : la formation alterne des apports méthodologiques et des mises en situation pratiques sur la base d'exemples concrets donnés par les participants et le consultant. Chaque mise en situation (jeu de rôle) est ensuite débriefée pour ancrer les bons réflexes

- La formation est animée par une consultante spécialisée en gestion des conflits, communication interpersonnelle et relations humaines.

Modalités et délais d'accès

- La formation pourra être dispensée sous un délai d'un mois
- 3 jours avant la date de la formation, KAIRIUS enverra un mail de confirmation aux participants afin de s'assurer de leur présence et leur rappeler le lieu et l'horaire de la formation.
- Si la formation a lieu en présentiel KAIRIUS s'assurera que les locaux permettent la tenue de la session dans le respect des règles sanitaires en vigueur. Les participants seront amenés à porter obligatoirement un masque et à respecter la distanciation sociale. Du gel hydro-alcoolique sera mis à leur disposition. La salle sera aérée à chaque pause.

Modalités d'évaluation

- A l'issue de la formation, chaque participant fait une auto-évaluation des compétences acquises. Une synthèse des techniques sera envoyée par mail à chaque participant.

Tarif : sur demande contact@kairius.com