

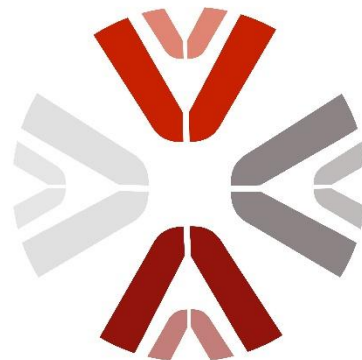
FICHE PÉDAGOGIQUE

Faire face au burnout en entreprise

Contexte et enjeux

Le burnout constitue aujourd'hui un enjeu majeur de santé au travail. Ses impacts sont multiples : absentéisme, désengagement, tensions relationnelles et perte de performance collective.

Comprendre les mécanismes de l'épuisement professionnel permet aux organisations de développer une prévention efficace et d'accompagner les collaborateurs en difficulté.



Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

À l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

- définir et comprendre le burnout
- reconnaître les signes précoces d'épuisement
- comprendre les mécanismes physiologiques du stress
- accompagner un collaborateur fragilisé
- mettre en place des actions de prévention
- renforcer la qualité de vie au travail

Public concerné

- dirigeants
- responsables RH
- managers
- acteurs impliqués dans la prévention des risques psychosociaux

Programme / Thématiques principales

- définition et compréhension du burnout
- facteurs de risques psychosociaux

- mécanismes du stress et de l'épuisement
- détection des signaux faibles
- accompagnement des collaborateurs en difficulté
- prévention individuelle et collective

Approche pédagogique

- apports théoriques accessibles
- études de cas
- échanges d'expériences
- outils de prévention applicables

Modalités et organisation

- Durée : 2 jours – 14 heures
- Modalité pédagogique : présentiel (distanciel possible sur demande)
- Format : intra ou inter entreprise
- Nombre de participants : 6 à 12 personnes
- Lieu : dans les locaux de l'entreprise ou dans un lieu de formation dédié

Bénéfices pour l'organisation

- diminution des risques d'épuisement
- amélioration de la qualité de vie au travail
- équipes plus engagées
- climat de travail plus serein

CAMINA CONSEIL - Marielle Marti - Clothilde Clamond - SIRET 75297926000037

Organisme de formation déclaré sous le n°76 30 03900 30

+33 6 07 02 18 99 - m.marti@reconciliacion.fr - www.reconciliacion.fr

+33 6 46 78 38 62 - c.clamond@reconciliacion.fr - www.reconciliacion.fr