

FORMATION

Faire face au risque d'épuisement professionnel de vos collaborateurs

Le travail peut impacter fortement et durablement votre état de santé et celui de vos collaborateurs. Cette formation vous donne des clefs pour détecter les symptômes du burn-out, en analyser les causes et agir rapidement.



Pourquoi se former aux soft skills ?

Nous vivons dans un monde de relations, en constante évolution. Afin de créer, d'entretenir et de faire perdurer ces relations, l'acquisition de compétences comportementales dites *soft skills* est fondamentale. Les *soft skills* sont des traits de personnalité, des caractéristiques sociales et des aptitudes émotionnelles qui influencent notre façon d'interagir avec les autres.

Une récente enquête LinkedIn a révélé que 92 % des recruteurs estiment que les *soft skills* sont aussi importantes, voire plus, que les compétences techniques lorsqu'il s'agit d'embaucher le « bon » candidat sur un poste.

Convaincus et passionnés par ce sujet, nous proposons un ensemble de formations pensées et construites avec vous. Nous avons ainsi à cœur de coller au plus près des attentes de chaque client.



Notre approche

La soif de stimulation c'est le besoin d'apprendre de nouvelles choses, de varier les tâches, de découvrir avec tous les sens. Ce besoin est vital et se former permet d'y répondre.

Nos formations sont pensées et construites avec vous. Nous avons à cœur de coller au plus près des attentes de chaque client.

Au travers d'apports théoriques et de mises en situation, les participants vivent, expérimentent et incarnent les « concepts » abordés.

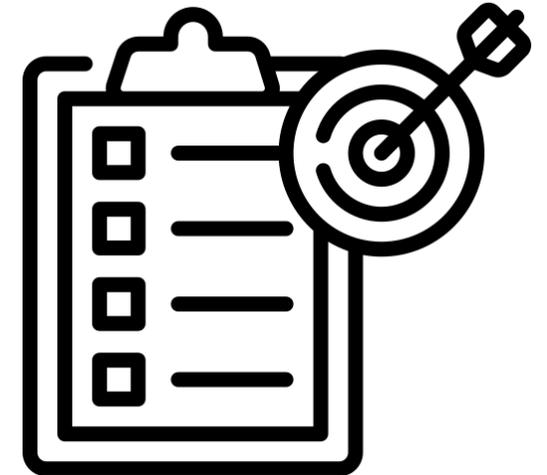
Nos formations sont visuelles, participatives et animées avec conviction et enthousiasme.



Objectifs pédagogiques de la formation

A l'issue de cette formation, le participant saura :

- Comprendre le burn-out dans ses dimensions juridique et psychologique
- Détecter les symptômes du burn-out
- Comprendre les facteurs déclencheurs de l'épuisement professionnel
- Accompagner et orienter les salariés en souffrance
- Développer des comportements et plans d'action pour se protéger et protéger ses collaborateurs du risque de burn-out



Contenu de la formation

1. Comprendre et repérer le burn-out ou de l'épuisement professionnel

- Les caractéristiques du burn-out
- Ce que le burn-out n'est pas
- La symptomatologie du burn-out
- Repérer le burn-out : les signaux individuels, les signaux collectifs
- Mesurer le niveau de burn-out d'un salarié (les différents stades)

2. Comprendre les causes du burn-out

- Les facteurs de RPS liés au travail (les exigences de l'employeur ou du manager, l'intensité et le temps de travail, les exigences émotionnelles, le manque d'autonomie, l'absence ou l'insuffisance de marges de manœuvre, la déresponsabilisation, la désincarnation, des relations dégradées voire conflictuelles, les conflits de valeur, la qualité empêchée, l'incertitude de sa situation au travail, la perte de sens...)
- Les caractéristiques liées à l'individu (éléments d'histoire personnelle et professionnelle le cas échéant, identification de ses modes de fonctionnement préférentiels et de ses drivers)



Contenu de la formation

3. Réagir face au burn-out et accompagner le salarié en souffrance

- Mettre en place un accompagnement en posant le cadre : confidentialité, devoir d'alerte, besoin de soutien.
- Aider et orienter le collaborateur concerné
- Alerter les acteurs : DRH, médecins du travail, services sociaux.
- Après la phase éventuelle « d'arrêt maladie » et de retrait : préparer le retour à l'emploi

4. Prévenir les risques de burn-out

- Informer, sensibiliser et former
- Veiller à la charge de travail de chacun
- Réfléchir à l'équilibre vie pro / vie perso
- Comprendre l'intérêt de se ressourcer
- Assurer une juste reconnaissance du travail
- Discuter des critères de qualité du travail avec ses équipes



Informations pratiques

Organisation

8 à 12 participants par session

Ateliers d'une journée (7 heures) en présentiel ou distanciel (visioconférence)

Public concerné

Managers, DRH, RRH, Membre de la CSSCT, du CSE

Moyens et méthodes pédagogiques

L'animation s'appuie sur du contenu théorique, des retours d'expériences, des cas pratiques et des mises en situation.

Modalités d'évaluation

Évaluation orale par le formateur et questionnaire intégrant des mises en situation

Pré-requis

Aucun



Budget

INTER

Présentiel (Paris, Bordeaux) ou classe virtuelle

Durée : 1 journée (7 heures)

Prix : 700 euros*

Contactez-nous pour toute demande de devis

* Non soumis à TVA L.261-4-4 CGI

INTRA

Dans vos locaux ou classe virtuelle

Durée : 1 journée (7 heures)

Prix : 1.800 euros* (groupe de 12 pers max)

Contactez-nous pour toute demande de devis

* Non soumis à TVA L.261-4-4 CGI



Intervenants et partenaires





Stéphanie Bertacchini

- Ancienne Avocate au barreau de Paris
- Executive Coach HEC Paris
- Certifiée DISC
- Psychopraticienne en analyse transactionnelle AT-Psy Paris
- Formée à l'accompagnement du burn-out auprès du Docteur Delbrouck

J'ai exercé la profession d'avocate en droit du travail durant près de 10 ans. Mon expérience en cette qualité m'a exposée à des situations humaines complexes que le monde du travail peut générer : légitimité, positionnement et souffrances au travail (harcèlement moral, burn-out, bore-out...). Je suis convaincue qu'une meilleure connaissance de soi est de nature à favoriser une meilleure coopération entre les différents acteurs.

Je suis aujourd'hui coach certifiée HEC, certifiée sur l'outil de personnalité DISC et psychopraticienne en analyse transactionnelle. Je dispense des formations sur les soft skills et sur la prévention des risques d'épuisement professionnel. Je mène des coachings individuels et collectifs ainsi que des bilans de compétences.

Très curieuse, je me nourris de découvertes, tant au niveau professionnel que personnel.





William Cargill

- Ancien Avocat au barreau de Paris
- Executive Coach HEC Paris
- Médiateur certifié ESCP Europe/CMAP

Particulièrement au fait de la de la spécificité des métiers du droit que j'ai pratiqués, j'ai pu, au travers de mon parcours d'avocat d'affaires, de chasseur de têtes, de coach, de formateur et de médiateur, mesurer l'importance de l'Humain dans le monde professionnel.

Depuis plus de vingt ans, j'accompagne mes clients, en France et à l'étranger, avec pour objectif que mon intervention leur permette de franchir une étape, de retrouver du confort et de développer leur potentiel.

Attaché aux notions de sens et d'équilibre, j'ai fondé Deinceps, cabinet d'accompagnement dédié aux avocats et aux dirigeants.

Certifié coach HEC Paris et médiateur ESCP-CMAP, je suis particulièrement sensible aux sujets touchant aux transitions et à la notion de place.

J'aime la philosophie, voyager (notamment en Afrique), établir des ponts entre les gens et les cultures et pratique la plongée sous-marine.





Séverine Charbonnel

- Ancienne Avocate au barreau de Paris
- Executive Coach HEC Paris
- Certifiée MBTI

Avocate pendant 20 ans dans des cabinets d'affaires, j'ai réalisé après un bilan de compétences et un travail d'introspection que je souhaitais désormais positionner l'Humain au cœur de mon activité professionnelle et devenir coach.

Formée à HEC à l'Executive Coaching, je m'appuie sur mes qualités d'écoute et de présence et sur la nécessité de se connaître soi-même pour permettre à mes clients de tendre vers des relations sereines avec les autres. Je les aide aujourd'hui à surmonter les obstacles, mais aussi leurs freins intérieurs et croyances pour se libérer et profiter pleinement de leur vie et réaliser leurs envies.

J'ai à cœur d'accompagner mes ex-consœurs et confrères dans les différentes étapes de leur métier, en les aidant à envisager de nouvelles perspectives, à développer leurs objectifs et à rendre possible des projets qui leur paraissent complexes ou inaccessibles.

L'autonomie dans les choix, la confiance en soi, les situations de blocage, et « trouver sa place » sont des thématiques qui résonnent fortement en moi.

Je suis quelqu'un d'énergique, communicatif qui aime le partage, rire, les voyages et le chocolat.



stephanie.bertacchini@gmail.com

06.51.49.49.75

<https://sbe-psycoach.com/>

Bordeaux – Paris

