

Devenez Uniques !

# Identifier et accompagner les personnes en Burn-out

Atelier intra-entreprise

**NOUS CONTACTER**

☎ 06 29 12 38 68  
✉ [contact@b-yourself.fr](mailto:contact@b-yourself.fr)

**CATALOGUE 2023-2024 référence Z4**

## PUBLIC CONCERNÉ

Dirigeant, Encadrant, Équipe RH, Managers

Pour être 100% réalisables par 100% de vos collaborateurs nos ateliers s'adaptent à leurs contraintes et/ou à leurs handicaps. Un document vous sera envoyé en amont pour définir ensemble leurs éventuels besoins.

## PRÉ REQUIS

Aucun

## NOMBRE DE PARTICIPANTS

3 à 6 participants

## FORMAT

Présentiel

## DURÉE

1 demi-journée (3.5 heures)

## HORAIRES

9h-12h30 ou 14h-17h30

## LIEU

Dans vos locaux ou chez B YOURSELF

## DATE

À déterminer ensemble

## COÛT

700 € HT

## OBJECTIFS DE L'ATELIER

- Comprendre le processus et mettre en place un dispositif de veille et de suivi
- Distinguer ce qui relève des maladroites relationnelles, des troubles de la personnalité, des pathologies mentales, ou des comportements hors cadre



## FORMATRICE

**Fabienne Leroux**

Psychologue du travail

## MOYENS UTILISÉS

- Exercices
- Tests
- Études de cas

## BÉNÉFICES

- Protéger la santé mentale et sociale ; faciliter la coopération et le vivre ensemble
- Prévenir les situations de souffrance, les conflits, démissions et arrêts de travail
- Éviter les plaintes et les risques de contentieux

*Nouveau atelier ! Indice de satisfaction pas encore disponible.*

## CONTENU

- **Introduction : baromètre de la santé psychologique en période de stress prolongé**
- **Le processus du burn-out et les signaux d'alerte**
  - Les 10 étapes et les 4 niveaux de gravité
- **Les profils à risque**
  - Traits de personnalités et rapport au travail
- **Les sources de régulation possibles**
  - Organisation et charge de travail
- **Le rôle et les moyens des différents acteurs**
  - RH, manager, médecin, psychologue, collègues

