

PROGRAMME DE FORMATION - 2024

PRÉVENTION & RÉCUPÉRATION DU BURN OUT

Accompagner les salariés en épuisement professionnel

Ce stage est destiné aux praticien.nes Potentialis[®] ayant besoin de comprendre le syndrome d'épuisement professionnel et de disposer d'outils d'accompagnement des personnes en burn out.

PUBLIC CONCERNÉ

- Praticien.ne en bilan de potentiels par la méthode Potentialis[®]

PRÉ-REQUIS

- Avoir suivi la formation "Praticien.ne en bilan de potentiels par la méthode Potentialis[®]"
- Être certifié.e "Praticien.ne en bilan de potentiels par la méthode Potentialis[®]"
- Être à jour de sa cotisation MM2I

OBJECTIFS

- Comprendre le syndrome d'épuisement professionnel
- Découvrir et s'approprier des outils d'accompagnement d'un salarié en burn out
- Construire ses outils d'accompagnement
- Définir la place de l'opérateur Potentialis[®] dans l'accompagnement
- Développer la bonne posture d'accompagnement de l'opérateur Potentialis[®]
- Acquérir des connaissances en Psychologie du Travail

PROGRAMME DÉTAILLÉ - Journée 1

MATIN

- Contexte et définition
- Étapes, signes avant-coureurs et troubles associés
- Manifestation
- Caractéristiques
- Ce qu'il n'est pas (dépression, anxiété, ...)
- Causes
- Conséquences
- Acteurs : Qui fait quoi ? Qui dit quoi ? Qui consulter et pourquoi ?

APRÈS-MIDI

- Rôle et fonction du/de la Praticien.ne Potentialis[®] dans l'accompagnement :
 - ressources personnelles
 - objectifs personnels et professionnels
 - cibler les attentes et besoins de l'accompagné
 - évaluer les progressions et revoir les objectifs non atteints avec l'accompagné

EXERCICES PRATIQUES

- Tests de repérage
- Jeu pédagogique de découverte des étapes et troubles associés
- Construction d'une cartographie et annuaire d'acteurs

PROGRAMME DÉTAILLÉ - Journée 2

MATIN

- 3 phases de récupération
- Conséquences de l'épuisement professionnel à moyen et long terme
- Retour en emploi
- Questions du lien et du sens au travail

APRÈS-MIDI

- Posture du/de la praticien.ne Potentialis[®] durant l'accompagnement :
 - écoute active
 - temporalité
 - empathie, neutralité et impartialité
 - confidentialité, devoir d'alerte, soutien
 - se protéger de la souffrance d'autrui
- Les 2 moments privilégiés d'utilisation de Potentialis[®]

EXERCICES PRATIQUES

- Jeux de rôle
- Obstacles au retour au travail et sentiment d'efficacité
- Évaluation des attentes, besoins et objectifs
- Évaluation de la progression
- Échanges et validation d'outils de récupération, de réduction du stress et de développement de la santé mentale positive

MODALITÉS

- Durée : 1 formation de 2 jours soit 14h00
- Horaires : 9h30 - 17h30 le 1^{er} jour & 8h30 - 16h30 le 2^{ème} jour
- Lieu : en inter, dans les locaux de G2C Business Center 63 rue André Bollier – 69007 LYON, ou en intra, ou à distance
- Effectif : 8 à 12 personnes
- Date(s) : à définir
- Animation : Odile Boudot, psychologue du travail, praticien.ne Potentials® depuis 1996
 - **Accessibilité** : Nos formations peuvent être accessibles aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, nous vous recommandons de nous contacter avant votre inscription. Nous pourrions ainsi vous détailler les possibilités d'accueil pour vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions ou vous orienter si besoin vers les structures spécialisées.

TARIFS

- 600 euros par personne pour les 14h00 de formation dans le cas d'un financement personnel, y compris un financement FIFPL
- 1200 euros par personne pour les 14h00 de formation dans le cas d'un financement par une structure

INTERVENANTE



- Odile Boudot est psychologue du travail avec 27 ans d'expérience dans la formation, le conseil, l'accompagnement.

Elle a créé CeforPsy en 2005, un Cabinet Conseil indépendant - Organisme de Formation - Centre de Bilan de Compétences, spécialisé dans l'expertise de la prévention et de la gestion de **la santé au travail** et **l'optimisation de la ressource humaine**.

Elle est praticienne en bilan de potentiels par la méthode Potentials® depuis 1996 et est consultante/formatrice pour MM2i depuis 2006.

CONTACT

Contact Mm2i : Béatrice Pennacchioni

Mail : mm2i.potentials@gmail.com

Site : <http://mm2i-potentials.fr>

LES + DE MM2I

- Un modèle de mise en oeuvre complet
- Un accompagnement individualisé
- Un suivi en présentiel
- Un organisme de formation à taille humaine
- Un processus certifié : les méthodes de travail mises en œuvre lors de la conception, la réalisation, l'évaluation des formations ainsi que le processus d'amélioration continue sont certifiés Qualiopi