

Le Burnout n'est pas l'affaire d'un seul individu. Quand une personne est touchée, cela a un impact sur toute l'équipe et l'équipe a un impact majeur lors du retour au travail du collaborateur.

Comment le team gère-t-il les différentes émotions que le burnout entraîne sachant que ce qui doit primer est la qualité du travail pour tous ?

Pour qui?

Chaque responsable qui est confronté au burnout d'un ou des membres de son équipe.

Cette formule se prête aussi à un travail fait de concert avec toute l'équipe afin d'appréhender la problématique avec justesse.

Objectif

Même si le temps disponible diminue encore lorsqu'un collaborateur s'absente pour raisons de burnout, il est essentiel de prendre le temps de s'arrêter pour gérer de façon optimale les circonstances actuelles. Un travail de prévention est aussi primordial pour éviter encore plus de cas de burnout et pour assurer les résultats attendus dans le service. Comment trouver ce juste équilibre ?

Programme

L'accent est mis sur le pratico-pratique du quotidien des participants : comment ils abordent et appréhendent la situation actuelle, où cela bloque, à quoi se raccrocher effectivement?

Il sera tenu compte non seulement de la personne en burnout, mais également de l'effet sur chaque membre de l'équipe qui risque d'être atteint vu la pression accrue. Voici les sujets abordés lors du processus d'accompagnement :

- Les caractéristiques du burnout et les individus 'à risques'
- Les signaux d'alarme physiques, comportementaux, mentaux et émotionnels
- Comment affirmer ses limites personnelles tout en respectant celles des autres? Comment garder le juste milieu? Comment communiquer avec sa hiérarchie ?
- Déterminer les priorités : faire la même chose, voire plus avec les mêmes effectifs : est-ce possible et... raisonnable?
- Les croyances et préjugés sur le burnout : comment les (re)connaître et les recadrer
- Comment préserver l'équilibre travail-privé-social : est-ce que nous nous accordons encore assez de plaisir et de détente dans le team?
- Préparation de la phase retour et réintégration. Comment accueillir le collègue ? Les 'do et do not'
- L'écoute empathique et la bienveillance

Formateur: la formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du BAO Group.

Infos pratiques :

- Durée : 2 jours
- Lieu : La formation peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
- Un syllabus sera mis à disposition des participants.