

Burnout - Le détecter suffisamment tôt et le contrecarrer

Contenus/objectifs:

Un élément central persiste toujours: les burnouts existent et ils sont loin d'être rares. En général, la seule situation professionnelle en est rarement la seule cause, et ils sont plutôt le résultat d'un processus plus long, dans lequel les caractéristiques personnelles et les modes de vie des personnes concernées y sont pour beaucoup.

Les participants découvrent au cours de cette rencontre:

- ce qu'est et n'est pas un syndrome de burnout, comment il survient et quelle est généralement son évolution, et quels sont les facteurs de risques principaux du burnout – avec pour objectif d'approfondir la connaissance autour de ce sujet.
- pourquoi un burnout est souvent seulement détecté lorsque la santé et la performance sont déjà fortement compromises, comment un risque de burnout chez soi et chez les autres est détecté et comment le contrecarrer correctement.
- quelles stratégies et mesures concrètes et efficaces dans les domaines de la gestion des ressources, la compétence en matière de récupération et l'équilibre vie-travail peuvent mettre fin au processus de burnout.

Orateur:

Psychologue avec plusieurs années d'expérience professionnelle en tant que formateur et consultant.

Durée:

Lunch Session	1 h : théorie
Workshop	2 h : théorie & pratique
Training	4 h : théorie & pratique approfondie

Tarifs:

Lunch Session	1 h € 500.-
Workshop	2 h € 800.-
Training	4 h € 1'050.-

Les prix comprennent la préparation et les documents mis à disposition. Les frais de déplacement et le temps de déplacement sont facturés en sus au tarif forfaitaire de € 150.- par intervention.

Public cible:

Employés, RH, managers, personnes en formation

Infrastructure:

Les séminaires se déroulent dans des salles de formation appropriées dans vos locaux.

Contact:

ICAS France SASU
14 avenue de l'Opéra
75001 Paris
Tél.: +33 1 75 85 01 61
Email: info@icas-france.com
Web: www.icas-france.com