



Formation courte

Burn-out et management

Les managers occupent une position clé dans l'organisation du travail de nos entreprises. Ils sont la clé de voûte de la structure, et à ce titre, sont positionnés au cœur de différentes pressions. Si le rôle premier du manager est d'être le régulateur de l'activité de ses équipes, il a à ce titre la responsabilité de la protection de la santé des salariés qu'il encadre.

Pour autant, le manager est-il vraiment outillé pour répondre à cette mission ? Comment prévenir le stress, les violences, le burn-out... qui peut toucher chaque opérateur ? Et d'ailleurs, qu'est-ce que le burn-out ? Comment repérer un salarié en souffrance ? Et quelle prise en charge proposer ? Comment se positionner lorsque l'on est parfois soi-même en difficulté voire en réelle souffrance au travail du fait de la position intermédiaire de manager ?

Objectifs

- ✓ Découvrir les notions parfois galvaudées de risques psychosociaux, stress, violences au travail, harcèlement, burn-out
- ✓ Acquérir les connaissances de base dans le domaine de la santé mentale au travail
- ✓ Savoir se positionner et prendre conscience de ses limites pour éviter de se mettre en danger soi-même
- ✓ Renforcer son rôle de manager dans la gestion humaine de son équipe, en particulier pour faire face aux situations de souffrance

Programme de la journée de formation

1. Matinée : apport de connaissances

- Accueil
- Définitions des concepts de la santé mentale au travail : risques psychosociaux, violences au travail, stress...
- Harcèlement moral, harcèlement sexuel et agissements sexistes
- Point sur le burn-out : ce que c'est et ce que ce n'est pas ?

2. Après-midi : outils et réflexion participative

- Outils existants
- Identification d'acteurs clés dans le domaine de la santé au travail
- Recherche de stratégies mobilisables dans l'entreprise et cas de participants

DATE

Jeudi 21 mars 2024

en présentiel

PUBLIC

Managers, chefs d'entreprise, préventeurs, salariés, représentants du personnel

LIEU

Centre Pierre Janet –
Université de Lorraine
Site de Metz (île du Saulcy)

DUREE

1 journée de 7h

TARIF

220 € / personne extérieure
180 € / partenaire Centre Pierre Janet

INTERVENANTE

Audrey Aptel - Psychologue du travail, épidémiologiste et formatrice. Plus de 10 années d'expérience en service de santé au travail interentreprises, dédiées à la prévention des risques psychosociaux. Formatrice pour l'INRS et l'Université de Lorraine.

CONTACT

Centre Pierre Janet
Pôle Formation
03.72.74.83.32

cpj-formation@univ-lorraine.fr

www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr

