



ACCOMPAGNEMENT

Sensibiliser, dépister et accompagner le burn-out en entreprise avec SenseCare®

Psychosociale risico's

CODE PRODUIT

S0027

Thématique

Strijd tegen professionele uitputting of burn-out.

Objectifs

Begeleiding van bedrijven en werknemers bij de bestrijding van burn-out.

Programme

Modulaire aanpak in functie van de realiteit en de doelstellingen van de onderneming.
SenseCare® is een multidisciplinaire benadering die aangepast wordt aan de specifieke eigenheid van elke situatie.

SenseCare® intervenueert op 4 niveaus:

1. Preventie: er wordt een sensibilisering georganiseerd om de omstandigheden te herkennen die stress en burn-out veroorzaken. SenseCare® organiseert die sensibilisering voor de hiërarchische lijn, het management en de werknemers om aan te leren hoe ze bij zichzelf of bij de leden van hun team de waarschuwingssignalen van stress of burn-out kunnen herkennen.

De sensibilisering gebeurt in de vorm van thematische workshops in groepen of in team.

2. Beoordeling:

- **Opsporing:** CESI biedt ondernemingen een krachtige en volledig geïnformatiseerde tool om burn-out nauwkeurig te kunnen opsporen op organisatorisch en individueel vlak. Die tool bestaat uit een online vragenlijst verstuurd naar elke werknemer die er een vertrouwelijk verslag op maat over ontvangt. De onderneming ontvangt dan weer een institutioneel verslag waarin de risicofactoren van de organisatie in kaart worden gebracht. Op basis van dit laatste verslag kan samen met de onderneming een efficiënt preventiebeleid opgesteld worden.
- **Medisch-psychologische diagnose:** vroegtijdige opsporing verhoogt de kansen om arbeidsongeschiktheid te voorkomen gevoelig.

De diagnose is gebaseerd op een medisch-psychologische raadpleging om de signalen van burn-out bij werknemers op te sporen.

Wanneer symptomen merkbaar zijn, wordt een plan van aanpak op maat voorgesteld.

3. Begeleiding:

- **Van de werkgever:** advies en implementatie van een beleid voor burn-outpreventie.
- **Van de manager:** burn-outcoaching voor managers.
- **Van de medewerker:** een multidisciplinaire begeleiding kan de kansen op werkbehoud gevoelig verhogen of, bij ongeschiktheid, de werkhervatting in betere omstandigheden laten plaatsvinden. Die begeleiding gebeurt door een multidisciplinair team dat bestaat uit klinisch psychologen, artsen gespecialiseerd in burn-out, consultants in loopbaanbegeleiding, maar ook diëtisten, sofrologen, kinesitherapeuten, sociaal assistenten...

Méthode

- Sensibiliseringsopleidingen voor de hiërarchische lijn, het management en de werknemers.
- Thematische workshops in groepen.
- Terbeschikkingstelling van een tool voor individuele en institutionele diagnose.
- Medisch-psychologische raadpleging.
- Keuze van een begeleidingstraject afhankelijk van de ernst van de situatie.

Vier types behandelingen:

- **Energy balance:** voor ondernemingen die een werknemer hebben geïdentificeerd met de eerste tekenen van burn-out.
 - Doelstellingen: opnieuw energie verschaffen door nieuwe prioriteiten te bepalen.
 - Programma: 6 coachingssessies (1.30 uur) door een gespecialiseerde psycholoog in de onderneming.
- **Energy care:** voor ondernemingen die een werknemer hebben met de eerste tekenen van burn-out in combinatie met een gedragsverandering.
 - Doelstellingen: de werknemer helpen om zich bewust te worden van zijn beginnende burn-out en die te aanvaarden. De gepaste tools en begeleiding geven om een burn-out te vermijden.
 - Programma: 12u behandeling met psychologische begeleiding (8 tot 12u) en coaching in de onderneming (0 tot 4u).
- **Back on track:** voor ondernemingen die een werknemer hebben met de eerste tekenen van burn-out in combinatie met een reële gedragsverandering.

- Doelstellingen: de werknemer helpen om uit de ontkenningfase te raken en zijn pre-burn-out toestand te aanvaarden. De omkadering en de tools verschaffen om te vermijden dat hij in een burn-out terechtkomt.
- Programma: 13 behandelingsuren met medisch-psychologische begeleiding en coaching.
- **Deep breath:** voor ondernemingen die een werknemer hebben die alle symptomen van burn-out vertoont met gedragsverandering.
- Doelstellingen: de werknemer die gestopt is met werken beschermen of helpen genezen bij arbeidsongeschiktheid.
- Programma: 20 behandelingsuren met medisch-psychologische begeleiding en coaching, sociale ondersteuning en professionele oriëntatie.

Public

Elk bedrijf getroffen door burn-out.