



SENSECARE® : SENSIBILISATION, DÉPISTAGE ET ACCOMPAGNEMENT DU BURN-OUT EN ENTREPRISE



THÉMATIQUE

La lutte contre l'épuisement professionnel ou burn-out.

OBJECTIFS

Accompagnement des entreprises et des salariés dans la lutte contre le burn-out.

PROGRAMME

SenseCare® est une approche pluridisciplinaire qui s'adapte aux spécificités de chaque situation. Elle agit sur 3 niveaux d'intervention. La démarche est modulable en fonction des réalités et objectifs de chaque entreprise.

1. La prévention : une sensibilisation ciblée du management et des travailleurs aux conditions qui génèrent le stress et l'épuisement professionnel est organisée pour la ligne hiérarchique, le management et les travailleurs. Elle a pour objectif d'apprendre à détecter, pour soi-même ou pour les membres de son équipe, les signaux alarmants du stress ou du burn-out.

La sensibilisation prend la forme d'ateliers thématiques en groupes ou en équipe.

2. Le dépistage : le CESI met à disposition des entreprises un outil performant et entièrement informatisé qui permet de mener un dépistage précis du burn-out au niveau de l'organisation et de l'individu.

Cet outil consiste en un questionnaire en ligne envoyé à chaque travailleur qui reçoit un rapport personnalisé et confidentiel. L'entreprise, quant à elle, reçoit un rapport institutionnel présentant une cartographie des facteurs de risques dans l'organisation.

Ce dernier permet d'établir avec l'entreprise une politique de prévention efficace.

3. Le diagnostic : le diagnostic précoce augmente significativement les chances de prévenir l'incapacité de travail.

Le diagnostic repose sur une consultation médico-psychologique qui vise à détecter les signaux de burn-out chez les travailleurs.

En cas de détection de symptômes, un plan de prise en charge individualisé sera proposé.

4. L'accompagnement : une prise en charge pluridisciplinaire peut sérieusement augmenter les chances d'un maintien au travail ou, en cas d'incapacité, favoriser un retour dans les meilleures conditions.

Cet accompagnement est effectué par des psychologues et des médecins spécialisés dans le burn-out, des consultants en orientation professionnelle, mais aussi des diététiciens, des sophrologues, des kinésithérapeutes, des assistants sociaux...

MÉTHODE

- Formations de sensibilisation ligne hiérarchique, management, travailleurs.
- Ateliers thématiques par groupes.
- Mise à disposition d'un outil de diagnostic individuel.
- Consultation médico-psychologique.
- Choix d'une filière d'accompagnement en fonction du degré de gravité de la situation.

**MÉTHODE****4 types d'accompagnement :**

- **Energy balance** : pour les entreprises qui ont identifié un employé présentant les premiers signes de burn-out.
 - **Objectif** : redonner de l'énergie en redéfinissant les priorités.
 - **Le programme** : 6 séances (1h30) de coaching par un psychologue spécialisé en entreprise.
- **Energy care** : pour les entreprises qui ont identifié un employé présentant les premiers signes de burn-out accompagnés d'un changement de comportement.
 - **Objectif** : aider l'employé à prendre conscience et à accepter son état de burn-out débutant. Fournir les outils et l'accompagnement pour éviter de tomber en burn-out.
 - **Le programme** : 12 heures de prise en charge avec accompagnement psychologique (8 à 12h) et coaching en entreprise (0 à 4h).
- **Back on track** : pour les entreprises qui ont un employé présentant les premiers signes de burn-out accompagné d'un réel changement de comportement.
 - **Objectif** : aider l'employé à sortir du déni, à prendre conscience et à accepter son état de pré-burn-out. Lui fournir l'encadrement et les outils pour éviter de plonger dans le burn-out.
 - **Le programme** : 15 heures de prise en charge médico-psychologique avec coaching.
- **Deep breath** : pour les entreprises qui ont un employé présentant tous les signes de burn-out avec un changement de comportement.
 - **Objectif** : protéger le travailleur d'un arrêt de travail ou l'aider à guérir en cas d'incapacité.
 - **Le programme** : 20 heures de prise en charge médico-psychologique avec coaching, soutien social et orientation professionnelle.

PUBLIC

Toute entreprise touchée par le burn-out.

LIEU D'INTERVENTION

Dans nos locaux SenseCare®.