

# FORMATION

## Prévention du burn-out et gestion humaine en entreprise

Thérapie

8 heures

1 Module

Présentiel ou  
distanciel

# OBJECTIF

## Prévention du burn-out et gestion humaine en entreprise

- Comprendre les **transformations** du rapport au travail et leurs **impacts psychologiques**.
- Identifier les **facteurs** favorisant le **burn-out**
- Appréhender la notion de « **température psychologique** »
- Développer une approche **relationnelle** et **managériale préventive**
- Mettre en place une **culture psychologique équilibrante** au sein des équipes

# PROGRAMME

## Début de module

### Partie 1. Evolution du monde extérieur

2 heures

### Partie 2. Différence de température psychologique

3 heures

### Partie 3. Gestion de l'humain d'aujourd'hui

3 heures

## Fin de module

# Partie 1. Evolution du monde extérieur

Comprendre comment la multiplication des possibilités d'expression identitaire et de loisirs crée un contraste psychique avec les contraintes professionnelles.

**Durée :** 2 heures    **Référence :** BURNM1    **Session :** Présentiel ou Distanciel

## Contenu de la formation

- **Multiplication des espaces d'expression personnelle :** Identifier et intégrer les aspirations individuelles dans les pratiques professionnelles afin de renforcer sens et engagement.
- **Contraste liberté personnelle / contraintes professionnelles :** Former les managers à créer des espaces d'autonomie et de responsabilisation compatibles avec les objectifs organisationnels.
- **Risque de frustration et perte de sens :** Développer des pratiques de clarification du sens du travail et de valorisation des contributions individuelles.

## Applications pratiques

- Analyse d'une situation de décalage travail / vie personnelle
- Identification des facteurs de perte de sens dans un cas concret

## Partie 2. Différence de température psychologique

Identifier le décalage entre les attentes d'émancipation personnelle et le sentiment d'interchangeabilité au travail.

**Durée :** 3 heures **Référence :** BURNM1 **Session :** Présentiel ou Distanciel

### Contenu de la formation

- **Sentiment de singularité hors travail :** Apprendre à reconnaître et mobiliser les singularités individuelles dans la dynamique collective.
- **Sentiment d'interchangeabilité au travail :** Former à des pratiques managériales favorisant reconnaissance, feedback et individualisation.
- **Impact sur motivation et engagement :** Mettre en place des outils d'analyse et de prévention des tensions psychiques en équipe.

### Applications pratiques

- Diagnostic des tensions psychiques dans une équipe
- Atelier de reconnaissance des singularités professionnelles
- Analyse d'un cas de désengagement professionnel

# Module 3. Gestion de l'humain aujourd'hui

Comprendre pourquoi les actions "bien-être" seules ne suffisent pas et pourquoi il faut agir sur les causes managériales et organisationnelles.

**Durée :** 3 heures **Référence :** BURNM1 **Session :** Présentiel ou Distanciel

## Contenu de la formation

- **Limites des dispositifs de bien-être :** Construire une prévention structurelle centrée sur la relation managériale et le sens du travail.
- **Causes profondes liées au sens et reconnaissance :** Former à l'identification des types psychologiques.
- **Besoin d'une transformation managériale :** Développer des compétences relationnelles et psychologiques chez les managers.

## Applications pratiques

- Reconfiguration d'un dispositif bien-être vers une stratégie préventive durable
- Atelier d'identification des besoins psychologiques individuels et collectifs

# CONTACT

11



KAIOPT

Kaiopt Association

06.12.25.46.30

[kaiopt.contact@gmail.com](mailto:kaiopt.contact@gmail.com)

<https://kaiopt.com/>

Prestation  
sur devis

Financement  
personnel

Réservation  
uniquement

Toutes nos formations s'adaptent à vos besoins. Contactez nous à [kaiopt.contact@gmail.com](mailto:kaiopt.contact@gmail.com)