

## Coaching managérial?: prévenir et gérer le (pré-)burn- out

Conciliation travail - vie personnelle

Organisation du travail

Stress

Technologies de l'information et de la communication (TIC)

Télétravail

Risques psychosociaux

CODE PRODUIT

V0517

### Thématique

Gestion du (pré-)burn-out des collaborateurs – prévention du burn-out pour soi-même en tant que manager.

### Objectifs

À la demande d'un manager, les objectifs sont les suivants :

- Accompagner le People Management : gérer son équipe à distance, rythme de travail, absentéisme actif ou passifs, gérer les émotions, continuer à motiver son équipe à distance, gérer le retour au travail d'un collaborateur...
- Accompagner dans sa gestion opérationnelle avec ses propres difficultés : stress, inquiétudes, irritabilité, sentiment d'être débordé, ressenti face à la charge de travail et à l'organisation de ses activités...

### Programme

**Durée** : de 3 à 5 sessions de 1h30 (nombre de sessions à évaluer en cours de coaching).

Module de base disponible en webinaire ou présentiel pour tous les travailleurs assurant un rôle de ligne hiérarchique.

**Contenu de la formation :**

**L'intake** : (première session)

- Déterminer les objectifs.

Ils sont susceptibles d'évoluer en cours de trajet selon l'évolution de la situation et des difficultés rencontrées par le coaché en cours de coaching.

- Préciser un plan d'accompagnement pour le coaché durant la durée du coaching.

Afin de pouvoir mesurer les effets du coaching, le nombre de sessions minimum est de 3.

**Évaluation du trajet de coaching lors de la dernière session et au plus tard lors de la 5ème session, le cas échéant.** Est alors déterminée la pertinence de poursuivre l'accompagnement ou non. Dans l'affirmative, la poursuite du coaching est validée par le client commanditaire.

La stricte confidentialité du contenu des sessions de travail est garanti. Tout feed-back à des tiers se fait uniquement avec l'accord de l'intéressé.

## **Méthode**

Coaching managérial.

## **Public**

Managers.