LSI LEARNY SOCIETY INTERNATIONAL

PLAQUETTE 2026

INCLUSION & BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL · BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

Santé mentale & prévention de l'épuisement professionnel

Reconnaître une situation préoccupante, ouvrir le dialogue et orienter sans se transformer en thérapeute.

Cours disponible

DURÉE
2 jours (14h)

FORMAT
Présentiel · Distanciel · Hybride

PUBLIC
Managers, RH et responsables d'équipe — toute entreprise qui veut que ses encadrants sachent quoi faire, et jusqu'où, face à un collaborateur en difficulté.

PRÉREQUIS
Encadrer ou accompagner une équipe. Cette formation n'est ni médicale ni thérapeutique : elle porte sur le rôle du manager et l'organisation du travail.

TARIFS

Particulier
900 € TTC / participant

Entreprise · à partir de 5 500 € HT par groupe
Sur devis

LE PROGRAMME

Pourquoi cette formation.

Un manager n'est ni médecin ni psychologue, et personne ne lui demande de l'être. On lui demande de voir ce qui change chez un collaborateur — fatigue, retrait, irritabilité, surcharge —, d'oser en parler, d'orienter vers les bons interlocuteurs et d'adapter le travail le temps qu'il faut.

Ces deux jours délimitent précisément ce rôle et l'entraînent : repérer les signaux faibles, conduire la conversation, orienter, adapter temporairement, préparer le retour au travail. Le livrable est un protocole managérial en quatre temps — Repérer, Dialoguer, Orienter, Suivre — adapté à l'organisation.

OBJECTIFS

À l'issue de la formation.

01 Appliquer un protocole managérial Repérer → Dialoguer → Orienter → Suivre face à une situation préoccupante

02 Comprendre les liens entre santé mentale et travail, et les facteurs sur lesquels l'organisation peut agir

03 Repérer les signaux faibles et les changements observables — fatigue, surcharge, retrait, épuisement — sans poser de diagnostic

04 Ouvrir une conversation, écouter et orienter vers les interlocuteurs compétents, dans les limites du rôle de manager

05 Adapter temporairement le travail et préparer le retour d'un collaborateur

PROGRAMME DÉTAILLÉ · 4 MODULES

Le programme.

MODULE 01

Santé mentale et travail

- Ce que le travail fait à la santé mentale, et ce que l'organisation peut changer
- Fatigue, surcharge, épuisement : distinguer les situations sans les diagnostiquer
- Les limites du rôle du manager : ce qu'il fait, ce qu'il ne fait pas, à qui il passe le relais
- Positionnement initial et partage des situations rencontrées

MODULE 02

Repérer

- Signaux faibles et changements observables : comportement, rythme, qualité, relations
- Ce qui relève d'un fait observé et ce qui relève d'une interprétation
- Quand agir, quand attendre, quand alerter
- Étude de cas : relire une situation d'équipe sur plusieurs semaines

MODULE 03

Dialoguer et orienter

- Ouvrir la conversation : cadre, formulation, écoute, ce qu'on ne demande pas
- Orienter : médecine du travail, RH, dispositifs internes et externes — qui, quand, comment
- Jeux de rôle d'entretien avec grille d'observation et débrief
- Gérer sa propre charge émotionnelle de manager

MODULE 04

Adapter et suivre

- Adaptation temporaire du travail : charge, horaires, missions, communication à l'équipe
- Préparer et accompagner le retour au travail
- Suivre dans la durée sans surveiller
- Atelier : rédaction du protocole Repérer → Dialoguer → Orienter → Suivre de l'organisation

MÉTHODE

Comment on travaille.

PÉDAGOGIE

- Cas pratiques construits à partir de situations managériales réelles, anonymisées
- Jeux de rôle d'entretien avec grille d'observation et débrief du formateur
- Apports courts et outils réutilisables : grille de repérage, trame de conversation, fiche d'orientation
- Production collective du protocole managérial, adaptée aux interlocuteurs réels de l'organisation

ÉVALUATION

Positionnement initial, étude de cas évaluée, grille d'observation sur les jeux de rôle, protocole produit, auto-évaluation et évaluation de satisfaction. Attestation de formation remise à l'issue du parcours.

LIVRABLE

Le protocole managérial Repérer → Dialoguer → Orienter → Suivre, adapté aux interlocuteurs et aux dispositifs de l'organisation.

TARIFS

Pour vous, ou pour votre équipe.

PARTICULIER

900 € TTC / participant

Inclut, selon la formation :

- La formation
- Supports et exercices
- Ressources pédagogiques
- Livrables annoncés

Je souhaite participer

ENTREPRISE

Sur devis

À partir de 5 500 € HT par groupe

Jusqu'à 10 participants

Inclut, selon la formation :

- Préparation
- Adaptation aux enjeux de l'entreprise
- Animation
- Cas contextualisés
- Supports
- Livrables prévus

Demander un devis

Entreprise : le montant est un repère, le devis s'ajuste à l'effectif, au format et aux adaptations demandées. Formation professionnelle exonérée de TVA (art. 261-4-4°-a du CGI) : aucun montant ne s'ajoute au prix affiché.

INTRA, INTER OU SUR MESURE

Construisons votre session.

SUR MESURE
Devis pour toute adaptation : plusieurs sites, outils ou données internes

MODALITÉS
Présentiel · Distanciel · Hybride

RÉPONSE
Sous 48 à 72 h ouvrées

CONTACT
contact@lsi-society.com · 06 69 53 48 71

ACCESSIBILITÉ
Un besoin d'aménagement ? Signalez-le avant l'inscription : contact@lsi-society.com

S'inscrire ou demander un devis → lsi-society.com/catalogue/sante-mentale-epuisement-professionnel

LSI — Learny Society International — Entreprise individuelle Marcus Détrez, 135 avenue du 24 avril 1915, Bâtiment E2, 13012 Marseille, France · SIRET 897 775 094 00039. Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 93132113413 auprès du préfet de région Provence-Alpes-Côte d'Azur. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État. Exonération de TVA en application de l'article 261-4-4°-a du code général des impôts (formation professionnelle continue).