

# Prévenir du bore-out

## Programme

### Module START en E-learning (4 heures) - OFFERT

Présentation du module START qui est un préalable à toute formation en atelier et permettant aux apprenants de se familiariser avec la méthode NAPI tout en acquérant un socle de base commun.

Les contenus du module START:

- test des multi-intelligences afin de prendre conscience des intelligences que vous avez particulièrement développées
- test de personnalité afin de connaître votre profil et vos fonctionnements, basé sur les travaux de C.G. JUNG qui a mis en évidence 16 profils types.
- module "développement de soi" qui apporte une meilleure connaissance de soi, il vous permet de valoriser et d'utiliser aux mieux vos talents et votre potentiel. Ce module abordera les sujets suivants:
  - Qualités et points d'amélioration, influencer et plaire
  - Agir sur l'inconscient, notre zone de confort, rester positif
  - L'action et la prise de décision
  - La gestion du stress, du temps et des émotions,
  - ... ainsi que divers BONUS

### Atelier training en présentiel (1 jour):

Mise à disposition des outils à mettre en œuvre, à votre niveau et au niveau de votre encadrement intermédiaire, pour mieux comprendre ce phénomène et pouvoir anticiper, dès l'apparition des premiers signes, le déploiement de plans d'actions spécifiques évitant qu'il ne se développe dans vos équipes. Cet atelier a pour vocation de favoriser les échanges avec vos pairs.

Apprendre à détecter les symptômes du bore-out chez ses collaborateurs.

Garder son mindset.

Prise de conscience de l'état d'esprit et de celui nécessaire pour le bien-être des autres.

### Conclusion de la formation :

- Bilan journée. Évaluation de la formation.
- Quizz - Questions/Réponses.
- Évaluation du formateur.

## Moyens pédagogiques

Pédagogie NASS, supports de cours, plateforme E-learning.  
Exercices sur cas pratiques, skeching, coaching, PNL, ennéagramme, mise en situation face à une caméra.  
Paper Board (Stylo Papier).  
Vidéo projecteur.  
Rappels de principes par e-mails.  
Suivi pédagogique du formateur par web conférences interactives.

## Objectif

Comprendre les enjeux et l'état d'esprit d'un salarié en vue de prévenir tout risque de phénomène de bore-out.  
Donner tous les outils de management nécessaires pour acquérir l'esprit gagnant et l'enthousiasme, et transmettre à ses collaborateurs l'envie d'apprendre et le dépassement de soi facteurs incontestables de re-motivation.  
Faire vivre une véritable expérience de management à l'aide de nouveaux outils de gestion de la relation au travail, en vue de permettre aux dirigeants de mettre en œuvre dans leur entreprise un mode de collaboration sereine et efficace.  
Les accompagner durant 3 mois grâce à un coaching personnalisé pour continuer à cultiver ces techniques de management.

## Public concerné

- Entrepreneurs (débutants ou confirmés)
- Cadres dirigeants
- Responsable des ressources humaines
- Créateurs d'entreprise.
- Coachs professionnels.
- Conseillers institutionnels de création de projets

# Prévenir du Bore-out

## Pré-requis

Navigateur Web (PC, tablette...) pour la partie E-learning  
Avoir un ordinateur portable lors de la formation serait un plus.

## Suivi d'exécution du programme et appréciation des résultats.

- Accessibilité des modules E-learning pendant toute la durée de la formation, permettant de revenir sur l'ensemble des notions vues,
- Possibilité de poser des questions aux formateurs au travers de la plateforme E-learning,
- Évaluations par des quiz et exercices pratiques, en autonomie pendant le E-learning et dispensés par le formateur lors des ateliers,
- Évolution des compétences dans le temps,
- Remise d'une attestation de présence et d'un certificat de stage

*Dans le cadre de la formation professionnelle continue:*

Accès à l'espace client et aux tableaux de bord de suivis, Rapport d'évaluation des compétences acquises par les participants transmis au donneur d'ordre en fin de parcours.

## Détail de la formation

Formation en E-learning et Présentiel ou Distanciel  
Durée E-learning : 4 h  
Durée Up-skilling (Présentiel ou distanciel) : 1 jours  
Durée total : 11 h soit 1.5 jours

**Coût de la formation : 550 € net**



## Processus pédagogique et d'encadrement :

1. Évaluation en début de cycle
2. Cours en E-learning (plateforme certifiée NASS®\*)
3. Évaluation en fin de cycle E-learning
4. Formation pratique en atelier (validation du travail E-learning et mise en situation)
5. Évaluation en fin d'atelier
6. Suivi pendant 3 mois par :
  - Web Conférences mensuelles avec le formateur pour accompagner les candidats et éventuels ajustements si besoin,
  - Envois de rappels de principes, bonus et encouragements par e-mail
7. Évaluation à l'issue des 3 mois pour évaluer la progression Encadrés par un professionnel des ressources humaines, lors des ateliers, les participants seront évalués, conseillés, et accompagnés par un formateur. Il saura les guider et leur faire bénéficier de son expérience pour leur faire assimiler les principes enseignés et leur faire prendre le recul nécessaire à tout apprentissage.

## Moyens d'encadrement

Enseignement basé sur la méthode pédagogique NASS® (Neuro Assimilation Pluri-Intelligences) qui reprend les principes de la pédagogie inversée et des dernières études en Neurosciences sur les multi formes d'intelligences.

\*Plateforme certifiée NASS® : Plateforme de formation E-learning permettant de suivre les cours à son rythme avant les ateliers physiques. Complète et illustrée par un enseignement pratique et étudiée pour être compréhensible par les multi formes d'intelligences recensées, cette plateforme permet de préparer le cerveau de chaque candidat à assimiler durablement les différents contenus.

