

BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL ET PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Leadership et Management



OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation a pour but de vous aider à identifier les différents facteurs de risques psychosociaux : Harcèlement, facteurs relationnels et organisationnels, violences, etc. Ces situations peuvent générer des burn-out, stress post-traumatiques, etc. Cette formation vous donnera aussi les outils pour vous aider à prévenir ces risques en mettant en place des modes d'organisation qui soient favorables à la santé physique et mentale des salariés.



COMPÉTENCES VISÉES

- Savoir mettre en place des grilles de lecture pour dé02MG21r les mécanismes de souffrance au travail.
- Savoir identifier dans son organisation les facteurs et les mécanismes créant les troubles psychosociaux.
- Apprentissage des méthodes de gestion du stress.
- Acquérir des outils relationnels pour mieux gérer son stress.
- Savoir agir sur les causes (organisation, culture, politique RH, conditions de travail, management) et mettre en place des mesures de protection adaptées.



PÉDAGOGIE

► Méthodes

- La journée est interactive, le formateur crée les conditions où chacun peut s'exprimer et écouter.
- La formation propose, entre autres, les éléments suivants :
 - Échanges personnalisés avec le formateur;
 - Partage d'expériences;
 - Jeux de rôles et mises en situation;
- Apprentissage en ligne possible (sur demande).

► Documents

Support pédagogique reprenant les protocoles et l'ensemble des points examinés remis au participant à l'issue de la formation.



CELESTRA

SAVOIR FAIRE, SAVOIR ÊTRE

14h

10 personnes maximum

Formation Intra-entreprise
aux dates de votre choix

Formation inter-entreprises
près de chez vous

Merci de nous consulter
pour les tarifs intra et inter



Prérequis

Comprendre et parler la langue dans laquelle la formation est dispensée.

Personnel concerné

Toute personne étant déjà confronté à des problématiques de stress avancé au travail. Encadrants intermédiaires, assistants ou agents de maîtrise faisant face à des situations stressantes.



PROGRAMME

► LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX – ÉLÉMENTS DE DÉFINITION

- Les RPS, de quoi parle-t-on ?
- Définitions de l'OMS, de l'INRS et de l'ANACT.
- La spécificité des RPS : Des risques différents des autres.
- Historique des RPS : Mise en place du cadre législatif.

► LES ENJEUX LIÉS AUX RISQUES PSYCHOSOCIAUX

- Augmentation des RPS : Les évolutions dans l'organisation du travail.
- Impact des RPS sur le fonctionnement de l'entreprise.
- Que dit la loi ? Stress, harcèlement moral et RPS.
- RPS: Les obligations légales pour les entreprises.

► LES PRINCIPALES MANIFESTATIONS DES RPS

- Le stress et ses conséquences.
- Les phénomènes de violences (internes et externes).
- Les souffrances individuelles (maladie, mal-être, baisse de l'estime de soi...).
- Les problèmes relationnels (conflits, harcèlement, « sabotage », ...).
- Les troubles du comportement : Absentéisme, présentéisme, conduites à risques, addiction, etc.

► COMPRENDRE L'ORIGINE DES RPS

- Les RPS : Une mise en tension du travail.
- Les tensions relationnelles.
- Les tensions liées aux contraintes.
- Les tensions issues des différences de représentation.
- Les tensions inhérentes aux changements.

► IDENTIFIER LES FACTEURS DE RISQUES

- Les exigences du travail.
- La charge émotionnelle.
- L'autonomie et les marges de manœuvre.
- Les rapports sociaux et les relations au travail.
- Les conflits de valeurs.
- Les insécurités professionnelles.

► LA DÉMARCHÉ DE PRÉVENTION DES RPS

- Comprendre les objectifs de la démarche de prévention.
- Construire une démarche globale de prévention.
- Les trois niveaux de prévention : Primaire, secondaire et tertiaire.
- Hiérarchiser les priorités et élaborer un plan d'action.
- Identifier les facteurs de risques et ses principaux indicateurs.
- Prise en charge des RPS : Qui fait quoi ? Repérage, orientation et prise en charge.
- Les principales ressources en internes et en externes.

► ETUDES DE CAS : FOCUS SUR DES SITUATIONS TYPES

- Focus 1 : La surcharge de travail
- Focus 2 : L'autonomie paradoxale
- Focus 3 : Les enjeux liées à la reconnaissance
- Focus 4 : Les comportements toxiques
- Focus 5 : L'isolement social



CELESTRA

SAVOIR FAIRE, SAVOIR ÊTRE

Financement

Possibilité de prise en charge par les OPCO et le compte CPF.

Merci de nous consulter pour plus d'informations.

Inclusion et handicap

Si vous rencontrez des difficultés, merci de nous contacter.

Nos domaines de formation

- Hygiène - Sécurité - Prévention
- Efficacité professionnelle
- Compétences transverses (Leadership – Management...)
- Informatique et marketing
- Développement personnel
- Formations spécifiques métier

Nos spécificités

- Formation sur mesure possible
- Présence nationale
- Accompagnement à la constitution de vos dossiers de financement.

Nous contacter

01 45 49 99 46

contact@celestra-formation.fr

celestra-formation.fr



MODALITÉS D'ÉVALUATION

Condition d'évaluation

- Evaluation théorique et pratique pendant et à l'issue de la formation par les moyens suivants :
 - Mises en situation professionnelles évaluées et commentées par le formateur;
 - Questionnement oral par le formateur;
 - Test final à l'issue de la formation.

Validation

Attestation de fin de formation individuelle délivrée par CELESTRA



CELESTRA

SAVOIR FAIRE, SAVOIR ÊTRE



*Former est bien plus
que de dire un savoir,
le défi est de le
transmettre.*

Nous contacter

01 45 49 99 46

contact@celestra-formation.fr

celestra-formation.fr