



PROGRAMME DE FORMATION

Prévenir les Risques Psycho Sociaux dans un contexte de changement

Les managers, les représentants du personnel et les équipes RH sont au cœur des transformations engagées. Leurs actions en termes de prévention pour eux-mêmes et pour leurs équipes et leurs collègues conditionnent en partie la réussite du changement.

Or, leurs actions quotidiennes ont par nature des effets sur la zone de risque psychosocial : l'interface entre l'individuel (le psycho) et l'organisation (le social). C'est pourquoi, il est indispensable de les « outiller » et de les soutenir dans leur pratique, laquelle peut permettre de prévenir et mieux encore de développer la qualité de vie au travail.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront en mesure :

- D'adopter les bons réflexes durablement grâce à de nombreux outils
- De repérer et prévenir les RPS dans l'environnement de travail
- D'être acteur de la prévention pour soi-même et pour les collègues

Contenu / programme de la formation

Comprendre comment je vis le changement

- Comprendre les étapes du changement et les émotions associées
- S'approprier les leviers du changement

Comprendre les risques psychosociaux, les mécanismes et les impacts du stress

- Connaître la définition des risques psychosociaux
- Connaître la définition du stress
- Savoir repérer les signaux faibles
- Savoir identifier les facteurs de risque et de régulation

Prévenir le développement du stress et des risques psychosociaux

- Connaître les notions de prévention primaire, secondaire, tertiaire
- Savoir identifier les leviers de prévention à sa main
- Appréhender la posture managériale
- Connaître et utiliser les relais

Agir dans les situations dégradées

- Comprendre les limites de son champ de compétences
- Savoir échanger avec un collègue en souffrance et l'orienter
- Pratiquer l'écoute active

Moyens et méthodes pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques, de mises en situation, de jeux de rôle, quiz et de feedback
- Mise à disposition d'un support pédagogique à la suite de la formation
- Animation par un consultant/formateur expert du sujet

Public visé

Managers, Représentants du personnel, Équipe RH
10 stagiaires par session maximum

Prérequis :

Aucun

Durée de la formation

2 demi-journées

Date et horaires

À définir - accueil 15' avant pour les sessions à distance

Lieu

- En présentiel, dans les locaux du client ou du cabinet sémaphores
- À distance via un dispositif de visioconférence

Présence et évaluation

- Feuilles de présence
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Attestation de fin de formation

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Pour toute information complémentaire, veuillez nous contacter via cette adresse :

contact.formation@semaphores.fr

La certification qualité « Qualiopi » a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes :
ACTIONS DE FORMATION
BILANS DE COMPÉTENCES