

Formation RPS (risques psychosociaux)

PROGRAMME

Cette formation sur les Risques Psychosociaux (RPS) a pour objectif de sensibiliser les participants à la compréhension, à la prévention et à la gestion des facteurs de stress, de mal-être ou de souffrance au travail, afin de favoriser la santé mentale et la qualité de vie au travail.

Public concerné : ensemble du personnel

Prérequis : Aucun.

Durée : 1 jour (7h00) quel que soit l'effectif de l'établissement.

Composition du groupe : de 2 à 12 personnes.

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre ce que recouvrent les Risques Psychosociaux (RPS) et leurs manifestations.
- Être capable d'identifier les causes et les facteurs de risques individuels et organisationnels.
- Reconnaître les signaux d'alerte liés au stress, au harcèlement ou à la démotivation.
- Contribuer à développer une culture de prévention au sein de l'entreprise
- Être capable d'orienter et réagir face à une situation à risque.

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Réflexion de groupe avec apports théoriques du formateur
- Présentation interactive (diaporama et fims)
- Exercices pratiques
- Etude de cas

Suivi de la formation :

- Feuille d'émargement par ½ journée

Modalité d'évaluation des acquis :

- Auto-évaluation
- Exercice et travaux pratiques d'évaluation

Documentation :

- Remise d'un livret aux stagiaire (papier ou numérique) ainsi qu'un support digital avec de nombreux outils et modèles

NOS ENGAGEMENTS :

- ✓ Fiche d'émargement des stagiaires (par ½ journée)
- ✓ Information donnée à l'entreprise 6 mois avant la date du recyclage
- ✓ Evaluation des acquis des stagiaires (tout au long de la formation et au travers de la partie pratique)
- ✓ Support d'évaluation individuelle de la satisfaction de la formation par les apprenants
- ✓ Attestation nominative de suivi de la formation

Article R4121-1 du code du travail :

La prévention des *risques psychosociaux* s'inscrit dans l'obligation générale de protection de la santé physique et mentale des travailleurs.

Formation RPS (risques psychosociaux)

PROGRAMME (suite)

PARTIE THEORIQUE 60%

PARTIE PRATIQUE 40%

COMPRENDRE LES RPS

-Définition et typologie des RPS : stress, harcèlement moral ou sexuel, violence interne/externe, burn-out

-Différence entre risque individuel et risque organisationnel

-Impacts sur la santé, la performance et le climat social

-Données clés et enjeux pour l'entreprise

LE CADRE REGLEMENTAIRE

-Les obligations de l'employeur en matière de santé mentale au travail

-Le rôle du CSE, du médecin du travail et des managers

-Intégration des RPS dans le DUERP

-Prévention primaire, secondaire et tertiaire

LES FACTEURS DE RISQUES

-Facteurs liés à l'organisation du travail : charge, rythme, autonomie, objectifs

-Facteurs relationnels : management, communication, reconnaissance

-Facteurs individuels : émotions, gestion du stress, vécu personnel

-Signaux d'alerte et indicateurs collectifs (absentéisme, conflits, turnover, etc.)

PREVENIR ET AGIR

-Outils et méthodes d'évaluation des RPS

-Mise en place d'une démarche collective de prévention

-Bonnes pratiques managériales : écoute, régulation, reconnaissance

-Communication et accompagnement des équipes en difficulté

-Ressources internes et externes d'appui (SST, service RH, psychologue du travail, etc.)

MISES EN SITUATION ET ETUDE DE CAS

-Analyse de situations concrètes rencontrées par les participants

-Jeux de rôle : gestion d'un entretien sensible ou d'un conflit latent

-Élaboration de pistes d'action adaptées à chaque contexte professionnel