Les risques psychosociaux : bien être et qualité de vie au travail

OBJECTIFS

- Avoir une connaissance globale de la gestion des RPS en entreprise : la prévention et les outils d'amélioration de la santé et de la sécurité au travail
- Etre en mesure de favoriser les comportements coopératifs au sein de son équipe et être le vecteur d'une communication non violente
- Prendre conscience de leurs valeurs, de leur mode de pilotage automatique, de leurs émotions et de leurs attentes et besoins

PROGRAMME DE LA FORMATION

Phénomène et notion des RPS

- Importance du phénomène
- Une notion aux contours difficiles
- Définition légale du harcèlement moral
- Notion de harcèlement discriminatoire
- Contexte actuel concernant le harcèlement sexuel
- Définition conventionnelle du stress
- Définition du burn-out
- Définition du karochi

Nature des risques

- Risques physiques: maladies professionnelles, accidents du travail
- Risques psychosociologiques: stress, burn-out et harcèlement psychologique
- Risques juridiques

Les stratégies pour faire face

- Les stratégies centrées sur le problème
- Les stratégies centrées sur l'émotion
- Équilibrer les stratégies
- Les stratégies efficaces
- Auto-évaluation de vos stratégies
- Surveillance de vos besoins

La prévention des RPS et la démarche globale de prévention

- Identification et mobilisation de l'ensemble des acteurs
- Identifier et développer le soutien du manager
- La transformation de l'organisation du travail

- Le développement de l'ergonomie
- Le renforcement des politiques de formation et d'information
- Une démarche en amont
- Les trois types de prévention
- Les conditions pour favoriser le bien-être au travail
- Les moyens mis en œuvre par les organisations
- Les prises en charge
- Les bonnes pratiques

Les outils d'amélioration de la santé et de la sécurité au travail

- Le document unique
- La mobilisation des manuels et des référentiels de santé et sécurité
- Le bilan social

L'amélioration de la qualité relationnelle et le bien-être au travail

- Favoriser une bonne cohésion d'équipe
- Les comportements coopératifs
- Exercices et mises en situation

MÉTHODES MOBILISÉES

Tout au long de ce parcours nous aurons recours à une pédagogie active, construite à partir d'une alternance d'exposés illustrés de l'expérience de l'intervenant, de mises en situation concrètes analysées et commentées, d'études de cas voire d'entrainements suivant les objectifs précis retenus.

Le rôle de notre intervenant est de rendre les participants acteurs de leur formation, grâce à l'utilisation d'outils variés et efficaces, centrés autour du contexte propre des stagiaires.

Dans une recherche de qualité, nous avons sélectionné un intervenant, qui en plus de sa parfaite maîtrise du sujet, saura faire preuve d'une approche pédagogique ludique, ainsi que d'un dynamisme communicatif.

CP Formation

PUBLIC

- Salarié en poste
- Demandeur d'emploi
- Entreprise

DURÉE

2 jours

POURQUOI SE FORMER ?

Les risques psychosociaux représentent aujourd'hui l'un des défis les plus importants pour les entreprises françaises. Stress, burn-out, harcèlement moral et épuisement professionnel touchent de plus en plus de salariés, générant absentéisme, turnover et dégradation du climat social. Au-delà des obligations légales de prévention, la gestion des RPS devient un impératif économique et humain pour maintenir la performance et l'attractivité de l'entreprise dans un contexte de tension sur les ressources humaines.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire.

MODALITÉS DU PARCOURS

- Formation dispensée en présentiel / Distanciel (visio) / E-learning / Blended Learning
- Les délais d'accès à la formation sont estimés à 15 jours
- CP Formation est accessible au PSH. Plus d'informations sur notre site : cp-formation.com/accessibilite-pmr/

POURQUOI CHOISIR CP FORMATION ?

CP Formation, c'est avant tout une équipe de passionnés par la formation, qui a décidé de se réunir autour d'une philosophie commune : La formation qui s'adapte à vos besoins.

Notre objectif est de vous accompagner dans toutes les étapes de votre projet :

- *Avant la formation* : dans le choix de vos formations, la gestion administrative et la recherche des solutions de financements.
- *Pendant la formation* : dans la personnalisation de l'approche et l'adaptation à votre contexte, conjointement avec notre intervenant(e).
- *Après la formation* : dans le suivi de votre satisfaction.

Pour tous renseignements, contactez nous :
03.87.37.97.77
contact@cp-formation.com