Programme de formation

Comprendre et Prévenir les RPS

Public	Collaborateurs, membre des RH, managers, représentants du personne
Objectif général	Cette formation permet aux participants de comprendre précisément les risques psychosociaux (RPS), leurs facteurs, leurs mécanismes d'installation et leurs manifestations individuelles et collectives. Pour l'organisation, elle constitue un levier essentiel de prévention primaire, permettant d'anticiper les situations à risque et de structurer une culture de vigilance partagée
Objectifs pédagogiques	A l'issue de la formation, les participants seront capables de : • Définir les risques psychosociaux et décrire leurs principales catégories. • Identifier les facteurs individuels, organisationnels et relationnels pouvant générer des RPS. • Analyser les mécanismes d'installation des RPS et leurs impacts sur les individus et les collectifs. • Identifier les signaux faibles pouvant indiquer une situation à risque • Construire un plan personnel de vigilance et de prévention dans son contexte professionnel.
Pré requis	Aucun
Durée	14h
Effectif	Jusqu'à 12 participants
Modalités de formation	Présentiel
Moyens pédagogiques	• Accès à notre plateforme regardepsy formation pour les formations e-learning • Méthodes pédagogiques ludiques et participatives (Ludo pédagogie) • Approche expérientielle et interactive, outils concrets et transférables, supports de présentation transmis aux participants • Ateliers collaboratifs et analyse de situations, cas concrets, travaux en sous-groupes, jeux ludo?pédagogiques • Élaboration d'un plan de développement personnel en fin de formation
Validation des acquis	• Quiz avant/après • Mise en situation et étude de cas • Tour de table final
Sanction de la formation	Attestation de formation et certificat de réalisation

Programme

F1 : Définir les RPS et comprendre leurs catégories

P1 : Définitions officielles (INRS, OMS, ANACT)

P2 : Les grandes familles de RPS : intensité du travail, exigences émotionnelles, manque d'autonomie, conflits de valeurs, insécurité…

P3 : Différence et liens entre RPS, stress, épuisement professionnel

F2 : Prévention des risques psychosociaux, rôle et enjeux des différents acteurs

P1 : Responsabilités, limites et cadre légal

P2 : Définitions et enjeux de la prévention partagée

P3 : Différences entre rôle du salarié, du manager, des RH et des instances

F3 : Identifier les facteurs de risque

P1 : Facteurs individuels : vulnérabilités, ressources, trajectoires professionnelles

P2 : Facteurs organisationnels : charge, rôles flous, gouvernance, culture d'entreprise

P3 : Facteurs relationnels : climat social, coopération, incivilités

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Contactez-nous pour envisager les aménagements nécessaires.

F4 : Mécanismes d’installation et manifestations (repérer les signaux faibles)

P1 : Processus psychologiques : surcharge, biais cognitifs, ruminations, perte de sens
P2 : Manifestations individuelles : fatigue, irritabilité, retrait, désengagement
P3 : Manifestations collectives : conflits, turnover, baisse de performance

F5 : Prévention et plan d’action

P1 : Principes de prévention primaire, secondaire, tertiaire
P2 : Outils de vigilance partagée
P3 : S'auto-évaluer pour mieux prévenir
P4 : Communication constructive et soutien entre pairs
P5 : Intervenir sans se substituer au manager ou aux acteurs spécialisés
P6 : Plan de développement personnel : repères protecteurs dans son activité

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Contactez-nous pour envisager les aménagements nécessaires.