Programme de formation

Parentalité spécifique et vulnérabilités psychiques : prévenir les risques psychosociaux et soutenir la santé mentale au travail

Public	Managers de proximité, Responsables RH, Référents QVCT / risques psychosociaux, Travailleurs sociaux, coordinateurs d'équipe, Salariés concernés (contenu adapté possible)
Objectif général	Permettre aux professionnels de comprendre, repérer et accompagner les situations de parentalité à forte vulnérabilité psychique, tout en préservant la santé mentale des salariés, du collectif et des managers, sans dérive compassionnelle ni stigmatisation.
Objectifs pédagogiques	A l'issue de la formation, les participants seront capables de : • Identifier les situations de parentalité à risque psychique accru • Comprendre les impacts psychologiques et organisationnels de ces situations • Repérer les signaux faibles de vulnérabilité au travail • Adopter une posture d'accompagnement ajustée et sécurisante • Prévenir les risques psychosociaux individuels et collectifs • Orienter vers les ressources internes et externes adaptées
Pré requis	Aucun
Durée	7h
Effectif	Jusqu'à 12 participants
Modalités de formation	Présentiel
Moyens pédagogiques	• Accès à notre plateforme regardepsy formation pour les formations e-learning • Approche expérientielle et interactive, outils concrets et transférables, supports de présentation transmis aux participants • Ateliers participatifs, cas concrets, travaux en sous-groupes, • Apports théoriques issus de la psychologie du travail • Temps d'analyse réflexive • Outils transférables immédiatement • Supports écrits remis aux participants • 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 : Comprendre la parentalité spécifique et ses enjeux psychiques

P1 : Définition de la parentalité spécifique

P2 : Panorama des situations à vulnérabilité accrue

P3 : Notions clés en psychologie

F2 : Impacts sur la santé mentale au travail et les RPS

P1 : Effets psychiques possibles : anxiété chronique, épuisement émotionnel, troubles de la concentration, hypervigilance

P2 : Impacts professionnels : absentéisme fractionné, présentéisme, désengagement progressif, conflits d'équipe

P3 : Parentalité spécifique comme facteur aggravant des RPS existants

P4 : Interaction entre organisation du travail et vulnérabilité parentale

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

Parentalité spécifique et vulnérabilités psychiques : prévenir les risques psychosociaux et soutenir la santé mentale au travail

F3 : Repérer les signaux faibles sans intrusion

P1 : Signaux faibles individuels : fatigue persistante, irritabilité inhabituelle, isolement, discours auto-dévalorisant
P2 : Signaux organisationnels : déséquilibres dans les équipes, tensions autour des absences, non-dits managériaux
P3 : Ce qui relève du professionnel / du personnel
P4 : Limites du rôle du manager ou du RH

F4 : Accompagner sans s'épuiser : posture et cadre

P1 : Posture d'écoute contenante vs posture de sauvetage
P2 : Communication ajustée : ce qui aide / ce qui fragilise
P3 : Cadre professionnel : équité, clarté, limites
P4 : Prévention de la surcharge des équipes
P5 : Responsabilité de l'organisation dans la prévention

F5 : Ressources, relais et plan d'action

P1 : Ressources internes : RH, médecine du travail, référents handicap / QVCT
P2 : Ressources externes : dispositifs d'aide aux aidants, accompagnement psychologique, partenaires spécialisés
P3 : Construction d'un plan d'action réaliste : individuel, collectif, organisationnel

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