

## Programme de formation

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

<b>Public</b>	Managers de proximité, Responsables RH, Référents QVCT / risques psychosociaux, Travailleurs sociaux, coordinateurs d'équipe, Salariés concernés (contenu adapté possible)
<b>Objectif général</b>	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.
<b>Objectifs pédagogiques</b>	A l'issue de la formation, les participants seront capables de : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier les situations de parentalité à risque psychique accru</li> <li>• Comprendre les impacts psychologiques et organisationnels de ces situations</li> <li>• Repérer les signaux faibles de vulnérabilité au travail</li> <li>• Adopter une posture d'accompagnement ajustée et sécurisante</li> <li>• Prévenir les risques psychosociaux individuels et collectifs</li> <li>• Orienter vers les ressources internes et externes adaptées</li> </ul>
<b>Pré requis</b>	Aucun
<b>Durée</b>	7h
<b>Effectif</b>	Jusqu'à 12 participants
<b>Modalités de formation</b>	Présentiel
<b>Moyens pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accès à notre plateforme regardepsy formation pour les formations e-learning</li> <li>• Approche expérientielle et interactive, outils concrets et transférables, supports de présentation transmis aux participants</li> <li>• Ateliers participatifs, cas concrets, travaux en sous-groupes,</li> <li>• Apports théoriques issus de la psychologie du travail</li> <li>• Temps d'analyse réflexive</li> <li>• Outils transférables immédiatement</li> <li>• Supports écrits remis aux participants</li> <li>• Élaboration d'un plan de développement personnel en fin de formation</li> </ul>
<b>Validation des acquis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quiz avant/après</li> <li>• Mise en situation et étude de cas</li> <li>• Tour de table final</li> </ul>
<b>Sanction de la formation</b>	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.*

## Programme de formation

**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.*