

Risques psychosociaux, l'accompagnement de la personne

Un parcours d'acquisition des connaissances :

- Des formats de 1 à 2 mois
- De 1 à 6 capsules selon les parcours
- En présentiel ou en distanciel
- Pédagogie synchrone et asynchrone
- Formation, coaching et co-développement

CAPSULE N°1

Les enjeux des risques psychosociaux

Exercice

6 propositions "RPS ou QVT ?"

- Définir les risques psychosociaux et acquérir une terminologie commune.
- Les RPS versus QVT ?

CAPSULE N°2

Prévenir le stress et le burnout

Exercice sous-groupe

- Identifier les principaux "stresseurs" dans l'environnement de travail.
- Mettre en œuvre des actions concrètes pour réduire le stress.
- Analyse des techniques de réduction du stress.
- Prévenir les risques de burnout, de brownout et de boreout.
- Repères utiles sur la souffrance au travail : dépression, anxiété, burn-out

CAPSULE N°3

Prévenir les situations de harcèlement

Etude de cas

Echange autour d'un cas concret de harcèlement moral collectif.

- Comprendre les enjeux juridiques du harcèlement.
- Les différents types de harcèlement (moral, sexuel...).
- Savoir agir en cas de harcèlement déclaré.
- Adopter la bonne communication avec son équipe.

CAPSULE N°4

Prévenir les situations de violence interne et externe

Echanges

Réflexion et débats sur des cas concrets (violence verbale, relations clients, etc..)

- Comprendre les différents types de violence : physiques, verbales, morales...
- Identifier les facteurs de violence
- Identifier les leviers d'actions pour prévenir ou atténuer les situations de violence.

CAPSULE N°5

L'accompagnement de la personne

Exercice en sous-groupe

Sur la base d'études de cas en mode « storytelling », « mises en situations » tous au long du processus de travail

- Les enjeux de la prévention individuelle
- La communication : le système nerveux autonome des RPS
- Favoriser le travail ou la reprise du travail

CAPSULE N°6

Faire face aux enjeux des risques psychosociaux en environnement systémique


Exercice en sous-groupe

Les situations de travail à risque dans mon environnement, à classer dans les six catégories de risque

- Les enjeux pour l'entreprise et pour les individus.
- Les situations considérées comme "à risque".
- Les symptômes de la souffrance au travail.
- Absentéisme, turnover, troubles divers.
- Outils et méthodologie pour prévenir la souffrance au travail.

Méthode ACCEST©

Accompagnement de la
Connaissance à la
Compétence
En **S**ituation de **T**ravail

 01.53.32.50.40

 contact@lapersona.fr

 www.lapersona-institut.fr