

## Un parcours d'acquisition des connaissances de nos formations :

- Formations entre 1/2 journée et 12 mois
- Pédagogie synchrone et asynchrone
- Formation, coaching et co-développement
- Modalités : en présentiel ou en distanciel, blended (y compris e-learning)
- Accès : sur-mesure en intra-entreprise
- Assistance technique et pédagogique pour accompagner le bénéficiaire pendant les étapes de son parcours

[Voir les tarifs](#)

**LA PERSONA** INSTITUT  
FORMATION ET COACHING

Indicateurs de performance 2023  
sur l'ensemble des formations :

**94%**

Taux de satisfaction\*

**86%**

Taux de retour\*

La qualité c'est la confiance renouvelée !

\*Taux de retour aux questionnaires de satisfaction

## Prévenir les risques psychosociaux dans son équipe en présentiel et en télétravail



### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Vous avez un besoin spécifique d'accessibilité ? Contactez-nous à l'adresse suivante : [contact@lapersona.fr](mailto:contact@lapersona.fr) pour étudier au mieux votre demande et sa faisabilité.



### Objectifs pédagogiques

- Comprendre les enjeux d'une prévention des risques sur son équipe
- Mettre en œuvre des actions concrètes pour réduire le stress
- Mettre en place des actions de prévention de harcèlement, violence, souffrance au travail
- Définir des indicateurs de diagnostic et de suivi pour son équipe

## Les enjeux des risques psychosociaux

- Exercice : 6 propositions "RPS ou QVT ?"
- Définir les risques psychosociaux et acquérir une terminologie commune.
- Les RPS versus QVT ?

## 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.

## Prévenir les situations de harcèlement

- Étude de cas.
- Échange 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.

## Prévenir les situations de violence interne et externe

- Échanges
- 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

## Les enjeux des risques psychosociaux pour une équipe

- Exercice en sous-groupe
- Les situations de travail à risque dans mon équipe, 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

## Adapter sa posture managériale à la situation

- Exercice
- Autodiagnostic sur les rituels de communication au sein de l'équipe.
- Poser un diagnostic sur les pratiques de management au sein de son équipe.
- Développer des attitudes managériales favorables
- La communication managériale, le système nerveux autonome des organisations
- Les clefs de l'écoute attentive et du questionnement



### Modalités d'évaluation

L'évaluation est réalisée tout au long de la formation à travers différents moyens (mise en situation, training vidéo, quiz...).

Le stagiaire évalue sa progression et ses acquis à l'issue de la formation. L'intervenant valide la progression du stagiaire et précise les outils utilisés pour la validation des acquis.

## Nous contacter

 06.03.88.80.96

 [contact@lapersona.fr](mailto:contact@lapersona.fr)

 [www.lapersona-institut.fr](http://www.lapersona-institut.fr)

Accompagnement de la  
Connaissance à la Compétence  
Au Poste de Travail

Mise à jour en Septembre 2024.