

SE SENSIBILISER AUX RISQUES PSYCHO-SOCIAUX

FAVORISER LE BIEN-ETRE AU TRAVAIL

INTRODUCTION

Les risques psychosociaux sont présents dans de nombreuses situations de travail et peuvent impacter le bien-être au travail, la performance et le collectif de travail. Connaître les différents RPS et savoir repérer les signes de cette souffrance au travail permettent aux salariés de prévenir les potentielles difficultés psychosociales qu'ils pourraient rencontrer, d'alerter sur sa propre situation et celles de ses collègues.



PUBLIC : salariés /employés

DUREE : 7 heures

METHODE

Support de formation projeté et numérique
Vidéos, études de cas, exercices applicatifs individuels et de groupes, remue-méninges
Echanges sur le vécu au travail
Analyse des situations réelles de travail, partages d'expériences
Quiz, auto-positionnement

OBJECTIFS

Définir les RPS et appréhender le cadre réglementaire
Identifier les facteurs de risque et de protection des situations de travail
Contribuer à prévenir les RPS

PROGRAMME

Définir les RPS et appréhender le cadre réglementaire

Définir les notions usuelles des RPS : stress, burnout, violence au travail, harcèlement moral, sexuel, addictions, ...

Déterminer les obligations et les responsabilités des différents acteurs

Définir le cadre réglementaire : textes applicables, dernières jurisprudences

Identifier les facteurs de risque et de protection des situations de travail

Déterminer les interactions entre le travail et la santé

Identifier les facteurs de risque et de protection

Déterminer les conséquences des RPS

Contribuer à prévenir les RPS, définir les niveaux de prévention et les acteurs

Déterminer les enjeux de la prévention

Définir les trois niveaux de prévention

Identifier les acteurs de la prévention

Repérer les pratiques positives permettant de ne pas être générateur de RPS

Repérer les bonnes pratiques

Adopter le bon comportement au travail

Repérer les signes de souffrance au travail

Savoir repérer les symptômes physiques : fatigue, douleurs musculaires, maux de dos, ...

Identifier les symptômes comportementaux : agressivité, repli sur soi, absentéisme....

Adopter un comportement adapté face à un collègue en souffrance

Savoir écouter

Savoir orienter vers les acteurs internes et externes

Savoir Alerter