

# REPÉREZ ET PRÉVENEZ LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX - E-LEARNING + COACHING



AAB084C

6h30 dont 2h de coaching 990,00 €<sup>HT</sup>

## Objectifs

Adapter les méthodes de prévention des risques psychosociaux à votre organisation

### Profil Stagiaire(s)

Manager ou futur manager qui se retrouve confronté à des risques psychosociaux dans son organisation.

### Profil animateur(s)

Spécialiste confirmé du management d'équipe.

## Contactez-nous

Conseiller formation  
09 88 66 10 00  
inscriptions@demos.fr



## MODULES

### Préserver son capital santé en milieu professionnel : La santé et l'équilibre physiologique

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS) : « la santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. »

La vie professionnelle a un impact non négligeable sur la santé. Pour préserver sa santé et son intégrité physique en milieu professionnel, chacun peut agir, en étant vigilant à ses faiblesses et ses forces pour les ménager.

- **Les prérequis de la santé et de la forme : gérer son capital santé**

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS) : « la santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. » La vie professionnelle a un impact non négligeable sur la santé. Pour préserver sa santé et son intégrité physique en milieu professionnel, chacun peut agir, en étant vigilant à ses faiblesses et ses forces pour les ménager.

- **La préservation du corps dans le milieu professionnel**

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS) : « la santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. » La vie professionnelle a un impact non négligeable sur la santé. Pour préserver sa santé et son intégrité physique en milieu professionnel, chacun peut agir, en étant vigilant à ses faiblesses et ses forces pour les ménager.

### Managers, RH, vous avez dit : « risques psychosociaux » ?

Les risques psychosociaux (RPS) sont une préoccupation croissante des entreprises. De quoi s'agit-il ? L'entreprise en porte-t-elle la responsabilité ?

Cette session de formation va permettre de clarifier vos idées sur ce sujet.

- **Une définition de la santé au travail ouvrant sur la prise en compte des risques psychosociaux (RPS)**

Définition de la santé au travail ouvrant sur la prise en compte des risques psychosociaux (RPS).

- **L'approche préconisée pour prévenir et traiter les risques psychosociaux (RPS)**

Développement de l'approche pour prévenir et à traiter les risques psychosociaux (RPS).

# REPÉREZ ET PRÉVENEZ LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX - E-LEARNING + COACHING



AAB084C

6h30 dont 2h de coaching 990,00 €<sup>HT</sup>

- **Le rôle de l'entreprise et du management en termes de risques psychosociaux**

Définition du rôle de l'entreprise et du management en termes de risques psychosociaux.

## Risques psychosociaux : veiller à l'équilibre relationnel et personnel de ses collaborateurs

La prise en compte des risques psychosociaux (RPS) est aujourd'hui primordiale pour le bien-être de chacun au travail et le bon fonctionnement de l'organisation.

Le manager a un rôle central dans leur prévention. Il doit être d'autant plus vigilant s'il existe des précédents dans son entreprise.

Attention, il ne s'agit pas d'appliquer de nouvelles règles de management, mais plutôt d'être particulièrement vigilant quant à leur impact en termes de RPS.

L'ensemble des pratiques managériales étant en jeu, il n'est pas possible de se fixer pour objectif de devenir du jour au lendemain un « parfait » manager. Mieux vaut identifier un ou deux points qui pourraient améliorer la vie de l'équipe.

- **Le manager et les risques psychosociaux**

Définition du rôle du manager et des risques psychosociaux.

- **L'importance des relations**

Développement de l'importance des relations.

- **La conciliation vie professionnelle/vie privée et la projection dans l'avenir**

Détails de la conciliation vie professionnelle/vie privée et la projection dans l'avenir.

## Risques psychosociaux : veiller au cadre de travail de ses collaborateurs

La prise en compte des risques psychosociaux (RPS) est aujourd'hui primordiale pour le bien-être de chacun au travail et le bon fonctionnement de l'organisation. Le manager a un rôle central dans leur prévention. Il doit être d'autant plus vigilant s'il existe des précédents dans son entreprise. Attention, il ne s'agit pas d'appliquer de nouvelles règles de management, mais plutôt d'être particulièrement vigilant à leur impact en termes de RPS.

L'ensemble des pratiques managériales étant en jeu, il n'est pas possible de se fixer pour objectif de devenir du jour au lendemain un « parfait » manager. Mieux vaut identifier un ou deux points qui pourraient améliorer la vie de l'équipe.

- **Le manager et les risques psychosociaux**

Définition du rôle du manager et des risques psychosociaux.

- **L'organisation générale du travail**

L'Analyse de l'organisation générale du travail.

- **L'aisance dans le travail**

Analyse de l'aisance dans le travail.

## Risques psychosociaux : identifier la détresse d'un collaborateur

La prise en compte des risques psychosociaux (RPS) apparaît aujourd'hui comme primordiale pour le bien-être de chacun au travail et le bon fonctionnement de l'organisation.

Détecter un risque psychosocial peut permettre d'éviter qu'il entraîne des conséquences irrémédiables (démission, suicide, maladie...). Aussi, il est important que le manager soit conscient de certains signaux d'alarme qui doivent l'alerter de la détérioration de l'état de santé psychique de ses collaborateurs.

- **Prendre en compte les situations de détresse des collaborateurs.**

Explication de la prise en compte des situations de détresse des collaborateurs.

- **Identifier les signaux d'alarme**

Définition des signaux d'alarme.

# REPÉREZ ET PRÉVENEZ LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX - E-LEARNING + COACHING



AAB084C

6h30 dont 2h de coaching 990,00 €<sup>HT</sup>

## Risques psychosociaux : réagir face à la détresse d'un collaborateur

Si un manager détecte des signaux d'alarme indiquant la détresse d'un de ses collaborateurs, il risque de paniquer et de stresser à son tour ou, à l'inverse, de nier la difficulté parce qu'il ne sait pas comment la prendre en charge. Dans cette situation, il est indispensable que ni le collaborateur, ni le manager, ne restent seul avec ses difficultés. Aussi il convient que le manager rencontre son collaborateur lors d'un entretien et, si nécessaire, qu'il passe le relais à des instances spécifiques.

- **L'entretien avec le collaborateur au sujet de sa situation de détresse**  
Analyse de l'entretien avec le collaborateur au sujet de sa situation de détresse.
- **Les instances auxquelles s'adresser en situation de RPS**  
Définition des instances auxquelles s'adresser en situation de RPS.

## Structure

Dès validation de son inscription par DEMOS, l'apprenant reçoit par mail une confirmation d'accès sur le « HUB de formation à distance DEMOS ».  
Cet accès est personnel et sécurisé par un mot de passe.

Durant la validité de son programme, l'apprenant se forme en réalisant, 100% à distance et à son rythme, ses modules eLearning.

A tout moment, il peut solliciter le service d'Assistance Demos pour toute question d'ordre technique ou fonctionnel (prise en main de la solution).

L'apprenant est coaché par un expert Demos qui, au travers de séances de coaching téléphoniques de 30 mn, l'aide à transposer les acquis de la formation dans son cadre professionnel et personnel.

Ces séances sont planifiées lors de la prise d'inscription et sont confirmées par mail 48h avant.

La synthèse des séances est accessible uniquement via l'accès sécurisé de l'apprenant.

A l'issue de la validité de son programme, l'apprenant reçoit, par mail, un certificat de réalisation conforme à ses réalisations.

A l'issue de son programme, l'apprenant est invité à répondre à un questionnaire de satisfaction.

## Méthode pédagogique

Un coaching personnalisé vous permet d'adapter parfaitement les règles générales à votre problématique.