



2

Jours

Prévenir les risques psychosociaux

dans GESTION DU STRESS - GESTION DU STRESS / Réf : EFF-STR-03

Objectifs de la formation

- Définir les risques psycho-sociaux
- Actualiser ses connaissances sur la réglementation en vigueur
- Comprendre la notion de stress au travail
- Assurer la mise en oeuvre et le suivi des mesures de lutte contre le stress

Programme de la formation

À l'issue de la formation, les participants seront préparés à :

Jour 1 - Matin

1. Définir les risques psycho-sociaux

- Définition des termes : souffrance, stress, harcèlement, risques psycho-sociaux, burn-out...
- L'évaluation du risque et le document unique
- Les acteurs de la lutte contre les risques psycho-sociaux

Jour 1 - Après-midi

2. Identifier les facteurs de risques psychosociaux

- Les facteurs internes ou externes
- La notion de stress au travail : description du stress, ses formes pathologiques, identification des symptômes
- La responsabilité de l'entreprise et du salarié face au stress
- La santé mentale et l'obligation de sécurité
- La communication et les facteurs subjectifs

Jour 2 - Matin



3. Effectuer un audit de sa structure en termes de RPS

- Auditer en interne : forces et faiblesses
- Auditer en externe : forces et faiblesses
- Etablir un diagnostic

Jour 2 - Après-midi

4. Concevoir des outils et le suivi des mesures

- La communication sur les risques professionnels : une relation de qualité
- L'instauration d'un dialogue social
- Procédure d'évaluation et de réexamen des mesures adoptées

5. Identifier les outils concrets du bien-être au travail

- L'identification des sources de bien-être au travail : les renforcer
- L'identification des leviers de motivation : les développer

Pré-requis

Aucune connaissance préalable n'est requise pour suivre cette formation

Public cible

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant mettre en place des solutions de lutte contre les risques psycho-sociaux

Pédagogie

Méthodes pédagogiques



- Pédagogie active : échanges interactifs expérientiels.
- Apports théoriques et méthodologiques.

Modalités d'évaluation

- Evaluation formative tout au long de la formation, sanctionnée d'une attestation de formation reprenant l'ensemble des objectifs pédagogiques.
- Cette attestation sera délivrée à chaque participant à l'issue de la formation.

