


## FICHE 11. MANAGER LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

 **DURÉE CONSEILLÉE** : une journée

 **PRIX** : nous consulter

 **PRÉREQUIS (CONNAISSANCES)** : Aucun

 **POUR QUI ?** : Manager et tout acteur en charge de la prévention des risques psychosociaux

Nous vous invitons à nous communiquer toutes spécificités individuelles (par exemple un handicap ou situation de handicap) pouvant nécessiter une adaptation de la formation.

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES GENERAUX DE LA FORMATION

- COMPRENDRE CE QUE SONT LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX ET LES IMPACTS PSYCHOLOGIQUES PARTICULIERS EN PÉRIODE DE CHANGEMENT
- IDENTIFIER LES SIGNES DE VIGILANCE DANS UNE POSTURE D'ÉCOUTE ET DE DISPONIBILITÉ
- POUVOIR ÊTRE EN CAPACITÉ D'AGIR POUR SOI-MÊME ET POUR LES AUTRES

Les objectifs pédagogiques opérationnels sont détaillés dans le programme par module.

## PROGRAMME (ADAPTABLE SUR MESURE SELON VOS ENJEUX ET BESOINS\*)

## AVANT :

Autodiagnostic, recueil des attentes préliminaires et documents de préparation multiformats (exemples : vidéos, infographies, ...).

## PENDANT :

## MODULE 1 : PARTAGE DES NOTIONS FONDAMENTALES SUR LES RPS AU TRAVAIL

- Connaître les définitions et fondamentaux juridiques
- Différencier les trois niveaux d'impacts : physiques, psychologiques et comportementaux
- Définir le harcèlement moral et sexuel
- Différencier les trois niveaux de prévention : primaire, secondaire et tertiaire
- Définir les facteurs de risque et facteurs de protection

 **Activité** : Etude de cas et mise en pratique d'un outil d'analyse


## MODULE 2 : QUELQUES NOTIONS DE PSYCHOLOGIE EN PÉRIODE DE CHANGEMENT

- Identifier les écarts de perception
- Connaître des exemples de pertes potentielles
- Identifier les étapes psychologiques du changement
- Connaître les clés de l'accompagnement du changement

 **Activité** : Quiz interactif

**\*PARLONS ENSEMBLE DE VOTRE PROJET, CONTACTEZ-NOUS :**

PAR EMAIL :   
[CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM](mailto:CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM)

PAR TÉLÉPHONE :   
**01.53.45.54.21**

VIA NOTRE SITE INTERNET :   
<https://ekilibre-conseil.com/>

## MODULE 3 : IDENTIFICATION DES SIGNES CRITIQUES CHEZ SOI ET CHEZ LES AUTRES

- Différencier stress et stress chronique
- Identifier les points de vigilance fondamentaux généraux
- Connaître les principaux indicateurs de difficulté physique, psychologique et comportementaux
- Définir le burnout, l'anxiété et la dépression



**Activité :** Partage d'outils de gestion du stress pour soi et autrui et mise en pratique

## MODULE 4 : L'ENTRETIEN AVEC UNE PERSONNE EN SITUATION DIFFICILE

- Connaître les actions clés avec une personne en difficulté / en souffrance
- Connaître la check list Ekilibre de l'écoute active
- Identifier les étapes de l'entretien



**Activité :** Mise en situation d'entretien dans une posture d'écoute active

### APRÈS :

Accès privilégié à l'espace Ekilibre Académie pour consulter vos documents à remplir, les supports de formation et notre section « pour aller plus loin » pour approfondir vos connaissances.

#### EVALUATION ET ATTESTATION DE LA FORMATION :

- ✓ Evaluation des acquis (Test QCM, cas pratique, mise en situation, étude de cas)
- ✓ Evaluation de la satisfaction à chaud (questionnaire individuel et note de synthèse pour le groupe)
- ✓ En option : Evaluation à froid
- ✓ Attestations : des acquis et de suivi pour chaque participant

#### L'EXPERIENCE EKILIBRE ACADEMIE, C'EST AUSSI :

- Une approche pédagogique adaptée à une formation active et participative.
  - Des formateurs passionnés, experts et à votre écoute.
  - Des formations qui placent l'apprenant au cœur du processus d'apprentissage.
- ➔ Permettant un taux de réussite de 100 %

#### LES OPTIONS :

- Durée de la formation ajustable
  - Format également disponible en anglais
  - Consolidation des apprentissages par la mise en œuvre d'ateliers de retour d'expérience à 3 mois
  - Format adaptable en 100% distanciel et interactif
  - Formation mixte (Présentiel et distanciel)
- ➔ En cas de format distanciel : nécessité de disposer d'un ordinateur et d'une connexion internet.

SOMMAIRE

**\*PARLONS ENSEMBLE DE VOTRE PROJET, CONTACTEZ-NOUS :**

PAR EMAIL : ✉  
[CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM](mailto:CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM)

PAR TÉLÉPHONE : ☎  
**01.53.45.54.21**

VIA NOTRE SITE INTERNET : 🌐  
<https://ekilibre-conseil.com/>