

## RISQUES PSYCHOSOCIAUX

### FICHE 12. PREVENIR ET GERER LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

 **DURÉE CONSEILLÉE** : une journée

 **PRÉREQUIS (CONNAISSANCES)** : Aucun

 **PRIX** : nous consulter

 **POUR QUI ?** : Chaque acteur de l'entreprise

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
- IDENTIFIER LES OUTILS ET MÉTHODES DE PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX
- POUVOIR FAIRE FACE À DES SITUATIONS SENSIBLES DE MAL-ÊTRE

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 : DEFINIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

- Connaître le cadre juridique et les éléments clés
- Savoir définir les facteurs de risque, risques et impacts
- Savoir définir les facteurs de protection
- Définir et comprendre les fondamentaux du stress, de l'anxiété, du burnout et de la dépression
- Comprendre la notion de violence au travail : harcèlement sexuel, agissements sexistes, agressions sexuelles, harcèlement moral.

 **Activité** : Etude de cas pratique en vidéo


#### MODULE 2 : PRÉVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

- Identifier les acteurs et le pilotage des RPS
- Connaître les niveaux de prévention et principes généraux
- Savoir établir un premier état des lieux des RPS
- Identifier les moyens de prévention déjà opérationnels
- Pouvoir impliquer le collectif dans la conception d'un plan d'action
- Comprendre l'importance de la communication intra-entreprise et de la sensibilisation

 **Activité** : Premier état des lieux en autodiagnostic à l'aide d'outils ludiques et pratiques

**\*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 : GÉRER UNE SITUATION DE MAL-ÊTRE AU TRAVAIL

- Savoir adopter une posture de disponibilité et de bienveillance
- Connaître la check list Ekilibre de l'écoute active
- Savoir identifier les signes physiques, comportementaux et psychologiques de mal-être
- Savoir utiliser des outils et méthodes de gestion du stress pour soi et ses collaborateurs/collègues
- Savoir mener un entretien avec une personne en difficulté



**Activité** : Mise en situation d'entretien en situation sensible

### 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/>