

Gérer les Risques Psycho-Sociaux (RPS) dans son Organisation et ses Equipes

Description

Les risques psychosociaux (RPS) impactent directement la santé des collaborateurs, la qualité de vie au travail et la performance collective. Leur gestion proactive est aujourd'hui un enjeu majeur pour toute organisation soucieuse de préserver son capital humain.

Comprendre les enjeux humains et organisationnels

Cette formation RPS d'une journée vous donne des clés pour comprendre les différents types de RPS, repérer les signaux d'alerte et mettre en place des actions préventives et correctives adaptées. Vous découvrirez des outils pratiques pour agir à la fois au niveau individuel et collectif, afin de réduire les facteurs de risque, renforcer la résilience et instaurer un climat de travail plus serein.

À l'issue de la formation, vous serez en mesure de contribuer activement – en tant que responsable d'équipe – à la prévention et à la gestion des RPS, et de créer un environnement propice à l'engagement, au bien-être et à la performance durable.

Contenu du cours

Module 1 : La définition des risques psychosociaux

- Comprendre la notion de risques psychosociaux
- Identifier les composantes psychologiques et sociales
- Différencier les RPS des autres risques professionnels
- Reconnaître les effets sur le climat de travail

Module 2 : Les obligations légales, les accords nationaux et les risques juridiques

- Connaître les obligations de l'employeur
- Analyser les accords et directives nationales
- Identifier les conséquences juridiques en cas de manquement
- Comprendre le rôle des représentants du personnel

Module 3 : Les enjeux pour l'entreprise et pour les individus

- Mesurer l'impact des RPS sur la performance
- Comprendre les conséquences sur la santé des collaborateurs
- Évaluer les coûts humains et économiques
- Identifier les bénéfices d'une démarche de prévention

Module 4 : Les situations considérées comme à risque

- Reconnaître les facteurs organisationnels
- Analyser les tensions relationnelles
- Identifier les situations de surcharge ou d'isolement
- Étudier des cas de situations critiques

Module 5 : L'identification des principaux stresseurs dans l'environnement de travail

- Repérer les sources de stress individuel
- Analyser les causes structurelles
- Évaluer les pressions hiérarchiques et sociales
- Utiliser des outils de mesure des stresseurs

Module 6 : La mise en œuvre d'actions concrètes pour réduire le stress

- Développer des actions organisationnelles
- Mettre en place des pratiques d'équipe
- Appliquer des stratégies individuelles de gestion du stress
- Étudier des cas concrets de réduction du stress

Module 7 : L'analyse des techniques de réduction du stress

- Découvrir les techniques de relaxation et régulation émotionnelle
- Analyser les méthodes de gestion du temps
- Adopter des approches cognitives et comportementales
- Favoriser la résilience professionnelle

Module 8 : La prévention des risques de burnout, brownout et boreout

- Comprendre les caractéristiques de ces syndromes
- Détecter les signaux d'alerte
- Identifier les facteurs déclencheurs
- Mettre en œuvre des actions de prévention ciblées

Module 9 : La prévention des situations de harcèlement

- Identifier les formes de harcèlement professionnel
- Reconnaître les comportements à risque
- Savoir agir face à un cas avéré
- Mettre en place un protocole de signalement

Module 10 : Les différents types de violence et les leviers d'action

- Définir les formes de violence au travail
- Analyser les causes et conséquences
- Prévenir les comportements violents
- Déployer des leviers de régulation

Module 11 : La prévention des RPS au sein de son équipe

- Mettre en place des outils de prévention
- Renforcer la communication et la coopération
- Développer une culture de bien-être au travail
- Accompagner les collaborateurs en difficulté

Module 12 : La définition et la mise en œuvre d'un plan d'action et dispositif de veille

- Construire un plan d'action structuré
- Mettre en place des indicateurs de suivi
- Animer un dispositif de veille RPS
- Utiliser les audits pour améliorer les pratiques

Lab / Exercices

- Ce cours inclut des mises en pratique conçues pour consolider vos acquis et appliquer vos compétences dans des cas concrets et professionnels

Documentation

- Support de cours numérique inclus

Profils des participants

- Managers d'équipe
- Responsables ou collaborateurs RH
- Chefs de projet ou coordinateurs opérationnels
- Encadrants souhaitant renforcer la qualité de vie au travail

Connaissances Préalables

- Avoir une compréhension générale du fonctionnement d'une organisation
- Posséder des notions de base en gestion d'équipe ou en communication professionnelle
- Être sensibilisé aux enjeux de qualité de vie au travail

Objectifs

- Identifier les différentes formes de risques psychosociaux (RPS) et leurs impacts sur la santé et la performance.
- Détecter les signaux d'alerte individuels et collectifs liés aux RPS.
- Analyser les causes organisationnelles, relationnelles et individuelles des RPS.
- Utiliser des outils de diagnostic pour évaluer les situations à risque.
- Mettre en place des actions préventives et correctives adaptées à votre contexte.
- Favoriser un climat de travail propice au bien-être, à l'engagement et à la coopération.

Description

Formation pour Gérer les Risques Psycho-Sociaux (RPS) dans son Organisation et ses Equipes

Niveau

Fondamental

Prix de l'inscription en Présentiel (CHF)

800

Prix de l'inscription en Virtuel (CHF)

800

Durée (Nombre de Jours)

1

Reference

