

Formation Sensibilisation aux risques psychosociaux

Durée :	1.0 jour(s)
Objectifs :	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendre ce que sont les RPS • Identifier les facteurs de risque dans le travail quotidien • Reconnaître les signaux d'alerte chez soi ou autour de soi • Connaître les ressources mobilisables • Adopter quelques pratiques favorisant le bien-être relationnel
Public :	<ul style="list-style-type: none"> • Salariés
Prérequis :	<ul style="list-style-type: none"> • Aucun
Modalités et moyens pédagogiques	Salle de formation équipée d'un poste PC par personne et de dispositif vidéo Grand Ecran / Accès au portail web : maformation.vaelia.fr - support de cours en format numérique (PDF) intégré en fin de session de formation
Modalités d'évaluation	Exposés interactifs, Echanges d'expériences, Etudes de cas, Analyses situationnelles
Moyens d'encadrement	Un formateur expert habilité dont les compétences ont été validées par des diplômes et/ou testées et approuvées par l'éditeur et/ou Vaelia.
Satisfaction globale :	/5 <i>Calculée à partir des évaluations stagiaires sur les 12 derniers mois.</i>

Séquence 1 : Comprendre ce que sont les risques psychosociaux (RPS)

- Le cadre légal
- Le vocabulaire de la santé et sécurité au travail : facteur, risque, dommage, fréquence, gravité, criticité, etc.
- Définitions des RPS : contexte ANACT, INRS, règlementaire
- Les 6 familles de facteurs de risques : Intensité, Autonomie, Rapports sociaux, Exigences émotionnelles, Conflit éthique, Risque socio-économique
- Les indicateurs de RPS : quantitatifs (absentéisme, turnover), qualitatifs (conflits, erreurs...)
- Les Impacts organisationnels et humains
- Symptomatologie des RPS : signes individuels, collectifs, managériaux
- Comment agissent et s'additionnent les facteurs de risques (effet domino, chronicité)

Séquence 2 : Prévenir les RPS

- Les moments de prévention : prévention primaire, prévention secondaire, prévention tertiaire
- Les 9 principes généraux de prévention : de l'évitement à la protection, boussole pour agir
- Les actions de prévention organisationnelles
- Les actions de prévention collectives
- Les actions de prévention individuelles

Séquence 3 : Comprendre les principales formes de mal-être liées au travail, en reconnaître les manifestations courantes et identifier des repères pour réagir de manière appropriée.

- Le stress au travail
- La charge de travail et la pression
- Le burnout : l'épuisement professionnel
- Le bore-out : l'épuisement par l'ennui
- Les tensions relationnelles