



**PRÉVENTION ET GESTION
DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX
À LA RÉUNION**

2012

CATALOGUE DE FORMATION

SOMMAIRE

Modalités 2

Sensibilisation aux risques psychosociaux 3

Constitution d'une cellule de veille sur les risques psychosociaux..... 4

Manager : gérer les risques psychosociaux dans votre équipe 5

Manager : faire face aux situations de violence au travail 6

Gérer son stress au travail 7

Gérer un conflit 8

Harcèlement et violences internes : les repérer et y faire face 9

Contacts 10

MODALITÉS

Lieu

En intra-établissement, dans vos locaux ou dans une salle extérieure.

Prix

1 000 € HT par journée d'animation (hors temps d'analyse du cahier des charges et conception sur mesure).

Participants

Les formations sont destinées à des profils variés de participants et s'adressent à tous les niveaux de l'organisation de travail.

Les sessions sont réalisées en groupe de 10 personnes maximum pour favoriser les échanges et les exercices.

Pourquoi se former ou former ses collaborateurs ?

- Acquérir des compétences complémentaires ou nouvelles afin d'obtenir les clés pour gérer les situations problématiques.
- Agir en prévention secondaire des risques psychosociaux pour tenter de limiter leurs effets sur les personnes et l'organisation de travail.
- Mettre en place les mesures d'information et de formation telles que l'évoque l'article L 4121-1 du code du travail (garantir la santé mentale des salariés).
- Offrir via le DIF des formations centrées sur la dimension humaine dans le travail.

Les plus des formations d'Élide

- Des consultants enrichis par une forte expérience de terrain
- Des apports théoriques scientifiques et reconnus
- Un regard et une bienveillance propres aux psychologues cliniciens
- Des méthodes pédagogiques innovantes, ludiques et participatives
- Une documentation et une attestation fournis

SENSIBILISATION AUX RISQUES PSYCHOSOCIAUX

OBJECTIF PÉDAGOGIQUE

Acquérir les bases sur les risques psychosociaux.

DURÉE

½ journée (4h).

PROFIL PARTICIPANT

Toute personne susceptible de prévenir et gérer les risques psychosociaux dans son établissement (comité de direction, ressources humaines, médecine du travail, etc.).

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques sur les risques psychosociaux
- Échanges autour des thèmes abordés
- Documentation remise au participant à l'issue de la formation

PROGRAMME

- Comprendre les risques psychosociaux
 - Contexte et aspects juridiques
 - Définition des risques psychosociaux et des facteurs de risques
 - Liens entre santé et activité professionnelle
- Connaître les différentes démarches de prévention et de gestion des risques psychosociaux
 - Les 3 niveaux de prévention et les acteurs clés

**OFFRE DE
LANCEMENT**

250 € jusqu'au 30/09/2012

CONSTITUTION D'UNE CELLULE DE VEILLE SUR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

OBJECTIF PÉDAGOGIQUE

Acquérir les bases sur les risques psychosociaux afin de mettre en place une cellule de veille à visée préventive dans l'établissement.

DURÉE

2 journées (14h).

PROFIL PARTICIPANT

Toute personne susceptible de prévenir et gérer les risques psychosociaux dans son établissement (comité de direction, ressources humaines, médecine du travail, etc.).

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques les risques psychosociaux et les démarches de prévention
- Échanges autour des concepts abordés
- Cas pratiques et jeux de rôle
- Exercices ludiques
- Documentation remise au participant à l'issue de la formation

PROGRAMME

- Accueil et introduction
- Comprendre les risques psychosociaux
 - Contexte et terminologie
 - Repères historiques et sociaux
 - Cadre juridique actuel
 - Définitions des risques psychosociaux
 - Sources d'atteinte à la santé psychique
 - Les niveaux de prévention
- Les conséquences
 - Les facteurs de risques selon l'étude de la DARES
 - La santé et les signes d'alerte
- Agir en prévention
 - La démarche diagnostique
 - Méthodologie de l'étude des facteurs de risque en interne
- Psychologie clinique du travail
 - Prescrit et réel dans le travail
 - Notion de subjectivité
 - Les limites de l'écoute
- Gérer les risques psychosociaux au quotidien
 - Place et rôle de chacun, travail de partenariat en interne
 - Les entretiens avec un salarié en potentielle difficulté
- Articuler la prévention et gestion des RPS en interne
- Conclusion

MANAGER : GÉRER LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX DANS VOTRE ÉQUIPE

OBJECTIF PÉDAGOGIQUE

Participer à la prévention des risques psychosociaux pour son équipe à travers son attitude managériale et la sollicitation de ressources internes.

DURÉE

1 journée (7h).

PROFIL PARTICIPANT

Responsable hiérarchique et tout collaborateur exerçant une fonction d'encadrement hiérarchique, fonctionnelle ou transversale.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques sur les risques psychosociaux, les différents niveaux de prévention et les modèles de compréhension
- Échanges autour des concepts abordés
- Cas pratiques et jeux de rôle
- Exercices ludiques
- Documentation remise au participant à l'issue de la formation

PROGRAMME

- Accueil et introduction
- Découvrir ce que recouvre la notion de risques psychosociaux
 - Cadre historique et juridique
 - Les sources d'atteinte à la santé au travail
 - Définitions des risques psychosociaux
 - Les conséquences pour les salariés et l'organisation de travail
 - Découverte des 3 niveaux de prévention
- Analyser les sources de tension dans le travail
 - Etude de cas en sous-groupes à partir du modèle de la DARES
 - La place du manager face aux RPS dans l'organisation interne
- Notion de subjectivité au travail
 - Différencier travail prescrit et réel
 - Les limites de l'écoute
- Assurer son rôle de prévention et d'alerte
 - Identifier les relais et les ressources
 - Exercice collectif sur les signes de difficulté et les indicateurs pertinents
 - Etude de cas pour mener un entretien signal d'alarme
 - Jeu de rôle sur la conduite d'un entretien
- Conclusion

MANAGER : FAIRE FACE AUX SITUATIONS DE VIOLENCE AU TRAVAIL

OBJECTIF PÉDAGOGIQUE

Savoir accompagner un collaborateur ayant été confronté à une situation de violence sur le lieu du travail (agression, braquage, etc.).

DURÉE

2 journées (14h).

PROFIL PARTICIPANT

Responsable hiérarchique et tout collaborateur exerçant une fonction d'encadrement hiérarchique, fonctionnelle ou transversale.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques sur la violence, l'appareil psychique, le stress, le traumatisme, la demande d'aide et la conduite d'entretiens
- Échanges autour des concepts abordés
- Exercices ludiques
- Cas pratiques et jeux de rôle
- Documentation remise aux participants à l'issue de la formation

PROGRAMME

- Accueil et introduction
- La violence
 - Définition des différents types de violence
- L'appareil psychique
 - Découverte ludique du concept d'« appareil psychique »
- Le stress
 - Présentation des 3 formes de stress et de leurs répercussions
- Le traumatisme
 - Définition du traumatisme psychique et de ses effets
 - Étude de cas
- La demande d'aide
 - Présentation des 3 étapes inhérentes à la demande d'aide
- La conduite d'un entretien
 - Distinction entre le contexte, les pensées, les émotions
 - Trucs et astuces pour mener un entretien
 - L'écoute active et ses limites : savoir se préserver
- Les différents entretiens avec un collaborateur ayant vécu une situation de violence sur le lieu du travail
 - L'espace professionnel et le concept de « travail »
 - Présentation des 3 temps d'échange et du rôle des acteurs clefs internes
- L'entretien d'accueil
 - Objectifs et contenu, trucs et astuces pour mener cet entretien
- L'entretien de réaccueil
 - Objectifs et contenu, trucs et astuces pour mener cet entretien
- L'entretien « signal d'alarme »
 - Objectifs et contenu, trucs et astuces pour mener cet entretien
- Conclusion

GÉRER SON STRESS AU TRAVAIL

OBJECTIF PÉDAGOGIQUE

Acquérir des compétences afin d'identifier ses réactions de stress et d'agir en conséquence.

DURÉE

1 journée (7h).

PROFIL PARTICIPANT

Tout public.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques sur le stress, ses conséquences et les stratégies d'adaptation
- Échanges interactifs autour des concepts abordés
- Passation de questionnaires
- Exercices ludiques
- Initiation aux techniques de relaxation et de méditation
- Documentation remise aux participants à l'issue de la formation

PROGRAMME

- Accueil et introduction
- Identifier son stress et ses stratégies d'adaptation
 - Étude individuelle d'une situation de stress vécue
 - Analyse de ses stratégies d'adaptation (coping) quant à cette situation
 - Passation et cotation d'un questionnaire de stress perçu et de coping
- Comprendre le stress
 - Définition des risques psychosociaux
 - Présentation des 3 formes de stress
 - Zoom sur le stress chronique
- Identifier les sources de stress
 - Externes : organisation du travail et moyens mis à disposition
 - Internes : cognitions, émotions et comportements
- Gérer son stress grâce aux techniques cognitives
 - Identification de ses émotions, pensées et réponses comportementales
 - Envisager la mise en place de comportements alternatifs
 - Étude de cas
- Gérer son stress grâce aux techniques de relaxation et de méditation
 - Méthode de relaxation musculaire
 - Initiation à la méditation de pleine conscience
- Conclusion

GÉRER UN CONFLIT

OBJECTIF PÉDAGOGIQUE

Savoir identifier un conflit puis le gérer grâce à des méthodes de négociation et de médiation.

DURÉE

2 journées (14h).

PROFIL PARTICIPANT

Tout public.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques sur la conduite d'entretien, les types de conflits, les styles de gestion d'un conflit, la négociation, la médiation
- Échanges autour des concepts abordés
- Passation de questionnaire
- Exercices ludiques
- Cas pratiques et jeux de rôle
- Documentation remise aux participants à l'issue de la formation

PROGRAMME

- Accueil et introduction
- La conduite d'entretien
 - Présentation des types d'entretien et de ses variables
 - L'écoute active : trucs et astuces
 - Les limites de l'écoute : savoir se préserver
- Le conflit
 - Apprentissage des différents niveaux et natures de conflit
 - Caractéristiques du conflit
- Les méthodes de gestion du conflit
 - Présentation des différentes méthodes de gestion du conflit
 - Passation d'un questionnaire d'autodiagnostic des styles de gestion du conflit
- La négociation
 - Présentation des étapes de la négociation et de ses caractéristiques
- La médiation
 - Présentation des étapes de la médiation et de ses caractéristiques
- Conclusion

HARCÈLEMENT ET VIOLENCES INTERNES : LES REPÉRER ET Y FAIRE FACE

OBJECTIF PÉDAGOGIQUE

Savoir identifier les violences internes et initier une démarche de prévention.

DURÉE

1 journée (7h).

PROFIL PARTICIPANT

Toute personne susceptible de prévenir et gérer les risques psychosociaux dans son établissement (comité de direction, ressources humaines, médecine du travail, etc.).

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques sur les risques psychosociaux, le harcèlement moral et sexuel, le conflit
- Échanges autour des concepts abordés
- Exercices ludiques
- Cas pratiques et jeux de rôle
- Documentation remise aux participants à l'issue de la formation

PROGRAMME

- Accueil et introduction
- Les violences internes et les risques psychosociaux
 - Cadre juridique et contexte social
 - Les niveaux de prévention
- Le harcèlement : moral ou sexuel ?
 - Définitions, caractéristiques et cadre juridique
 - Distinguer conflit et harcèlement
- Les différents types de conflit
 - Définitions et caractéristiques du conflit
 - Identification des niveaux et natures de conflit
- Organiser une prévention et une gestion des violences internes
 - Informer
 - Repérer
 - Agir
- Conclusion

CONTACTS

Clément VAUGIER

*Consultant
Psychologue Clinicien*

Fanny GARNIER

*Consultante
Psychologue Clinicienne*

Téléphone

02.62.41.14.95

Fax

02.62.92.10.20

Mail

contact@elide-psy.fr

Élide - S.A.R.L. au capital de 1 000 euros
SIRET : 750 149 41100019

Siège social :
ZA Foucherolles - 14 rue de la Guadeloupe
97490 Sainte-Clotilde



www.elide-psy.fr