

PREVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX ET MANAGER LA QUALITE DE VIE AU TRAVAIL

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Définir les risques psychosociaux et la qualité de vie au travail
- Détecter et relayer efficacement les situations de déséquilibre auprès des acteurs de l'entreprise
- Mettre en place un plan d'action de prévention
- Activer les leviers managériaux de la prévention et du bien vivre au travail pour soi et ses équipes

PUBLIC ET PREREQUIS

Managers

Prérequis : manager une équipe

MODALITES DE LA PRESTATION

Durée : 14 heures (2 x 7 heures)

Classe présentielle, convertissable en distanciel selon le contexte

VALIDATION DES COMPETENCES

A l'issue de la formation, le candidat rédige un dossier d'évaluation à remettre à un jury de professionnels pour l'obtention du certificat.

REFERENCE

CER-QVT 01

PROCEDURE D'ADMISSION

Envoi d'une lettre de motivation par courriel explicitant votre fonction ou projet professionnel.

Formatys évalue l'adéquation entre les prérequis demandés et le choix de la formation, valide et motive l'admission par courriel.

DATES

Nous consulter

LIEU

Espace Formation Formatys
3 rue Rosenwald
75015 Paris, France

INFORMATION ET INSCRIPTION

Tel : +33 (0)1 48 42 79 50

contact@formatys.fr

TARIF

1 490 € HT

SUIVI ET EVALUATION

Attestation de fin de formation, évaluation à chaud



PROGRAMME

Les risques psychosociaux (RPS), la Qualité de Vie au Travail (QVT), de quoi parle-t-on ?

- Distinguer les terminologies (stress, harcèlement, violences, burnout) et les notions de danger, risque et dommage
- Percevoir les mécanismes : mise en évidence de la perception subjective et de la notion de déséquilibre ressenti en situation
- Cerner la pluralité des facteurs de risque professionnels et personnels pour mieux comprendre les effets potentiels

Les signes de déséquilibre individuels et collectifs

- Repérer les signes individuels et collectifs de bien-être et de mal-être
- Aller au-devant d'une personne en déséquilibre, dans la limite de son rôle

Les acteurs de la prévention

- Définir le rôle et les responsabilités des différents acteurs, selon les niveaux de prévention
- Relayer l'information aux bons acteurs, dans la limite de son rôle et du souhait de la personne

Les actions de prévention

- Identifier les facteurs de contraintes et de ressources
- Définir et mettre en place un plan d'actions de prévention

Les leviers managériaux du bien-vivre au travail et pour animer la QVT avec son équipe

- Identifier ses ressources personnelles pour mieux gérer son stress dans une situation sensible
- Identifier les bénéfices individuels et collectifs d'une approche managériale par la QVT avec la combinaison gagnante : + de bien être = + de motivation = + d'efficacité
 - La recherche de l'équilibre : vie privée/pro, régulation de la charge de travail, motivation, gestion du stress...
 - La relation attentionnée : empathie, respect, soutien, entraide, coopération, feedback et reconnaissance, convivialité...
 - L'accompagnement et le développement des équipes, notamment en période de changement : pédagogie, réassurance, responsabilisation, sens et sentiment d'utilité, apprentissage...

METHODES PEDAGOGIQUES ET SUPPORTS

Approche expérientielle et pragmatique pour ancrer les réflexes et principes clés de la prévention.

Variété de méthodes pédagogiques pour mobiliser les apprenants tout au long de la formation avec une approche constructive et responsable.

Autodiagnostic et bilans, partage de bonnes pratiques.