

Prévenir et Agir sur les risques Psychosociaux (Manager)

Cette formation aide les managers à prévenir et à réguler les risques psychosociaux (RPS) au sein de leurs équipes. Elle apporte une compréhension du cadre légal, des mécanismes de stress et de souffrance au travail, et propose des outils concrets de management bienveillant et de communication efficace pour renforcer la qualité de vie au travail et la performance collective.

OBJECTIFS :

- Connaître le cadre législatif et les responsabilités du manager en matière de prévention des risques psychosociaux
- Identifier les facteurs individuels, managériaux et organisationnels générateurs de RPS
- Analyser les situations de stress, de mal-être et de déséquilibre professionnel
- Appliquer les outils de détection, d'évaluation et de régulation du stress et de la souffrance au travail
- Utiliser les modèles du Triangle dramatique et du Triangle gagnant pour améliorer les relations professionnelles
- Mettre en œuvre une démarche de management préventif intégrant la qualité de vie au travail et la santé des collaborateurs

PRE-REQUIS : Aucun

PUBLIC CONCERNE : Manager

FORMATEUR(S) : Marleine MAZOUZ, Fondatrice et Dirigeante de Médiation Formation Conseil avec une expérience de 30 ans dans le domaine des RPS, Consultante et Coach en Communication, Management et Développement Personnel, Enseignante et Superviseur Certifiée en Analyse Transactionnelle.

DURÉE DE LA FORMATION : 2 jours (14 heures)

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES UTILISES :

Informations sur les textes officiels, projection de séquences filmées, quizz, jeux pédagogiques, analyse de situations, jeux de rôles, évaluations par QCM

Remise de supports pédagogiques

Séance de coaching individuel (1 heure) à l'issue de la formation

PROGRAMME :

Définir le cadre de la démarche de prévention

- Intégrer la notion de contrat dans son management
- Connaître et comprendre la législation en vigueur
- Obligations et responsabilités de l'entreprise et du manager

Les 3 enjeux du RPS : individuel, managérial et organisationnel

- Place du manager dans la démarche de prévention des RPS

Apprendre à observer et analyser les situations de RPS

- Identifier le stress et ses effets sur la santé au travail, sur la productivité avec les messages contraignants
- Différencier et identifier : burn out, bore out, brown out et karoshi
- Qu'est ce que la souffrance au travail : les différentes causes possibles
- Les facteurs de risques pour soi, l'autre et l'entreprise

Les outils de détection et d'évaluation du stress et de la souffrance au travail

- Analyser les échanges qui peuvent conduire aux jeux psychologiques
- Se familiariser avec le Triangle Dramatique de Stephen Karpman

- Trouver des ressources avec le Triangle gagnant de l'Autonomie
- Soutenir et valoriser un collaborateur avec les signes de reconnaissances

Trouver l'équilibre entre charge de travail et besoins du service

- Connaître les 3 niveaux de prévention des RPS : primaire, secondaire et tertiaire
- Comprendre les effets de la relation symbiotique
- S'engager dans une démarche de relation saine de santé au travail

NOMBRE DE PARTICIPANTS MINIMUM : 8

NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM : 12

EVALUATION DES ACQUIS :

Quiz en fin de formation

Contact : lnaformation@lna-sante.com