



ORGANISME DE FORMATION AUX TECHNOLOGIES ET METIERS DE L'INFORMATIQUE

Formation Anticiper et surmonter les risques psychosociaux dans son équipe

N° ACTIVITÉ : 11 92 18558 92

TÉLÉPHONE : 01 85 77 07 07

E-MAIL : inscription@hubformation.com

Ce stage permettra aux managers de comprendre les enjeux liés à la gestion des risques psychosociaux (RPS) au sein de leurs équipes. Il leur apportera toutes les connaissances nécessaires pour mettre en oeuvre une démarche concrète de prévention : stress, burnout, harcèlement moral, souffrance...

Objectifs

- | Comprendre les enjeux d'une prévention des RPS pour son équipe
- | Mettre en oeuvre des actions concrètes pour réduire le stress
- | Mettre en place des actions de prévention de harcèlement, violence, souffrance au travail
- | Définir des indicateurs de diagnostic et de suivi pour son équipe

Public

- | Managers ou futurs managers
- | Chefs de projet
- | Responsables d'équipes

Prérequis

- | Aucun

Programme de la formation

Les enjeux des risques psychosociaux pour une équipe

- | Définir les risques psychosociaux et acquérir une terminologie commune.
- | Connaître les obligations légales, les accords nationaux et les risques juridiques.
- | Les enjeux pour l'entreprise et pour les individus.
- | Les situations considérées comme "à risque".
- | Exercice : Questionnaire "testez votre stress".

Les bonnes pratiques pour prévenir le stress et le burnout

- | Identifier les principaux "stresseurs" dans l'environnement de travail.
- | Mettre en oeuvre des actions concrètes pour réduire le stress.
- | Analyse des techniques de réduction du stress.
- | Prévenir les risques de burnout, de brownout et de boreout.
- | Réflexion collective : Confrontation des points de vue autour d'un témoignage vidéo sur le stress.

Prévenir les situations de harcèlement

- | Comprendre les enjeux juridiques du harcèlement.
- | Les différents types de harcèlement (moral, sexuel...).
- | Savoir agir en cas de harcèlement avéré.
- | Adopter la bonne communication avec son équipe.
- | Etude de cas : Etude d'un cas concret de harcèlement moral.

Prévenir les situations de violence

- | Comprendre les différents types de violence : physiques, verbales, morales...
- | Identifier les facteurs de violence.
- | Identifier les leviers d'actions pour prévenir ou atténuer les situations de violence.
- | Echanges : Réflexion et débats sur cas concrets.

Référence	MPY
Durée	2 jours (14h)
Tarif	1 530 €HT
Repas	repas inclus

SESSIONS PROGRAMMÉES

A DISTANCE (FRA)

- du 23 au 24 janvier 2025
- du 7 au 8 avril 2025
- du 17 au 18 juillet 2025
- du 23 au 24 octobre 2025

PARIS

- du 16 au 17 janvier 2025
- du 31 mars au 1er avril 2025
- du 10 au 11 juillet 2025
- du 16 au 17 octobre 2025

[VOIR TOUTES LES DATES](#)

Prévenir la souffrance au travail au sein de son équipe

- | Les symptômes de la souffrance au travail.
- | Absentéisme, turnover, troubles divers.
- | Outils et méthodologie pour prévenir la souffrance au travail.
- | Mettre en place un baromètre de climat social.
- | Exercice : Mise en pratique d'un outil de diagnostic des symptômes de souffrance au sein de son équipe.

Adapter sa posture managériale

- | Poser un diagnostic sur les pratiques de management au sein de son équipe.
- | Savoir définir des indicateurs pour son équipe.
- | Prendre des mesures correctives et améliorer l'organisation du travail.
- | Exercice : Autodiagnostic sur les postures managériales.

Mettre en oeuvre un plan d'action

- | Définir et mettre en place un plan d'action.
- | Savoir communiquer son plan d'action.
- | Animer un dispositif de veille sur la souffrance au travail et mener des audits réguliers.
- | Mise en situation : Elaborer un plan de prévention des risques psychosociaux pour son équipe.

Méthode pédagogique

Chaque participant travaille sur un poste informatique qui lui est dédié. Un support de cours lui est remis soit en début soit en fin de cours. La théorie est complétée par des cas pratiques ou exercices corrigés et discutés avec le formateur. Le formateur projette une présentation pour animer la formation et reste disponible pour répondre à toutes les questions.

Méthode d'évaluation

Tout au long de la formation, les exercices et mises en situation permettent de valider et contrôler les acquis du stagiaire. En fin de formation, le stagiaire complète un QCM d'auto-évaluation.

Suivre cette formation à distance

Voici les prérequis techniques pour pouvoir suivre le cours à distance :

- | Un ordinateur avec webcam, micro, haut-parleur et un navigateur (de préférence Chrome ou Firefox). Un casque n'est pas nécessaire suivant l'environnement.
- | Une connexion Internet de type ADSL ou supérieure. Attention, une connexion Internet ne permettant pas, par exemple, de recevoir la télévision par Internet, ne sera pas suffisante, cela engendrera des déconnexions intempestives du stagiaire et dérangera toute la classe.
- | Privilégier une connexion filaire plutôt que le Wifi.
- | Avoir accès au poste depuis lequel vous suivrez le cours à distance au moins 2 jours avant la formation pour effectuer les tests de connexion préalables.
- | Votre numéro de téléphone portable (pour l'envoi du mot de passe d'accès aux supports de cours et pour une messagerie instantanée autre que celle intégrée à la classe virtuelle).
- | Selon la formation, une configuration spécifique de votre machine peut être attendue, merci de nous contacter.
- | Pour les formations incluant le passage d'une certification la dernière journée, un voucher vous est fourni pour passer l'examen en ligne.
- | Pour les formations logiciel (Adobe, Microsoft Office...), il est nécessaire d'avoir le logiciel installé sur votre machine, nous ne fournissons pas de licence ou de version test.
- | Horaires identiques au présentiel.

Accessibilité



Les sessions de formation se déroulent sur des sites différents selon les villes ou les dates, merci de nous contacter pour vérifier l'accessibilité aux personnes à mobilité réduite.

Pour tout besoin spécifique (vue, audition...), veuillez nous contacter au 01 85 77 07 07.