

## MANAGERS, PRÉVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX DANS VOS ÉQUIPES ET FAVORISER LE BIEN ÊTRE AU TRAVAIL

### Objectifs pédagogiques

Connaître et mesurer l'impact des risques psychosociaux sur la santé mentale des personnes et la performance des entreprises. Adopter un management qui allie performance et qualité de vie au travail. Assurer son rôle de prévention et d'alerte.

### Public

Managers, Responsables d'équipes...

### Prérequis

Aucun

### Durée

2 journées (14 heures)

### Modalités pédagogiques

Formateur expérimenté et spécialiste dans son domaine d'intervention.  
Méthode active et participative.  
Alternance d'apports théoriques, de présentation d'outils, méthodes concrètes et mises en situation pratiques.  
Approche basée sur l'expérience des participants.

### Moyens et supports pédagogiques

Support de cours numérique et attestation de formation remis en fin de formation.

### Modalités d'évaluation et de suivi

Mises en situation pratiques tout au long de la formation pour favoriser l'appropriation des concepts et outils abordés.  
Mémorisation des points essentiels de la formation avec des synthèses proposées régulièrement par l'intervenant.  
Évaluation des acquis via un quiz des connaissances en fin de session.

- **Les risques psychosociaux : pourquoi s'en préoccuper aujourd'hui ?**
  - Définir les risques psychosociaux
  - Les enjeux de la prévention en entreprise
  - Historique de la réglementation
  - Les accords récents
- **Détecter les situations à risque autour de soi**
  - Quels sont les facteurs de risques ?
  - Quels en sont les effets ?
  - Définir le stress, la violence, le harcèlement au travail
  - Être capable de repérer les manifestations et les symptômes : implicites et explicites
- **Connaître les principaux troubles psychosociaux**
  - Définition des principaux troubles : anxiété, dépression, burn out, suicide...
- **Accompagner un collaborateur en difficulté**
  - La posture de manager à adopter
  - Les bonnes attitudes pour détecter et écouter
  - Comment accompagner un collaborateur en difficulté
  - Identifier les interlocuteurs adaptés
  - Identifier les acteurs de la prévention
  - Savoir orienter, conclure et assurer le suivi
- **Instaurer le bien-être au travail**
  - Les attitudes et actes qui favorisent le bien-être au travail
  - Favoriser l'expression des collaborateurs en créant des moments d'échanges collectifs
  - Prendre le temps de l'écoute et du soutien individuel