

Favoriser le bien être de ses équipes et Prévenir les risques psychosociaux au travail

Public : Managers

PRE-REQUIS : Aucun

OBJECTIFS

Cette formation permettra aux managers de prévenir les RPS en identifiant les symptômes relevant du risque psycho social, d'en repérer les causes dans un 1^{er} temps et d'agir en créant les conditions d'un mieux être au travail .

Favoriser le bien être dans un 2d temps par la connaissance et l'exploitation des outils issus de l'intelligence collective favorisant la coopération au sein des équipes (Travail hybride inclus) et des outils issus de la communication non violente pour améliorer la communication inter- professionnelle avec et au sein de son équipe et contribuer au mieux être des agents au travail.

INTERVENANTS

Formateurs - Coachs certifiés spécialisés en communication et RPS
et/ou Psychologues du travail spécialisés en communication et RPS (CV à disposition)

METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

Les apports théoriques s'articulent en fonction des pratiques et vécus professionnels des agents

Nos techniques d'animation favorisent l'expression des participants (Expériences - retour d'expériences, connaissances, difficultés...) et s'articulent autour de mises en situation, exercices, tests, simulations, jeux, films, plans d'actions individualisés, etc.

MOYENS MATERIEL ET TECHNIQUE

Salle dédiée, Vidéoprojecteur, paperboard et tout matériel spécifique au domaine d'activité

Durée	Dates/horaires et période de réalisation	Effectif
2 jours 14 heures	Horaires (<i>sauf demande spécifique</i>) : 9h00 12h00 - 13h30 17h00 Dates Intra : A préciser sur Fin Novembre 2024	Entre 5 et 12 personnes (maximum préconisé)

LIEU de FORMATION :

Session intra-établissement : Sur site Client/ CSA 55

Sanction / Modalités évaluation	Suivi exécution	Support
- Questionnaire appréciation - Vérifications connaissances acquises (écrit ou oral) - attestation de fin de Formation	- Emargement par ½ journée - Questionnaire en début formation - Questionnaire en fin formation	1 livret remis à chaque participant

Tour de table, attente stagiaires

Quiz : les connaissances sur les R.P.S.

Comprendre ce que sont les risques psychosociaux et ses manifestations. :

Cadre règlementaire, Les statistiques, les stratégies de prévention.

Identification du mal être au travail.

Identification des symptômes de la souffrance au travail.

Identification des **différentes phases et niveaux** de la souffrance au travail.

Alarmes, Adaptations, Résistances...etc.

Stress, Isolement, Irritabilité, Absentéisme, TMS ...

Identification des signes du risque d'épuisement professionnel, le Burn Out...

Méthodes et Moyens pédagogiques :

Echanges individuels et collectifs débriefings

Edification d'un Plan d'actions de Prévention contre ces risques

Comprendre et identifier les causes- Se protéger.

Connaitre les principales causes de risque.

Les mutations au travail (Organisation, ...Prélèvements à la source...etc).

Exigences et accélération du travail,

Sur sollicitations,

Situations conflictuelles.

Méthodes et Moyens pédagogiques :

Echanges individuels et collectifs débriefings sur leur vécu et les ressentis stagiaires

Quelques pistes concrètes pour favoriser le bien être au travail:

-Développer la coopérativité, améliorer la communication interprofessionnelle (interne, externe).

Etre plus assertif et utiliser les outils de communication issus de la CNV.

Quelques outils issus du Co -Développement et/ ou de l' intelligence collective.

Comprendre les facteurs de résistance aux changements pour les surpasser.

Savoir adopter les comportements appropriés face aux personnes et aux situations

Comment :

Les outils / Ateliers / Sensibilisation - Formations

- Trouver la bonne distance relationnelle

- Les clefs de la communication

- Les leviers de motivation ausein d'une équipe.

- Gérer ses émotions

- Gérer son stress.

- Apprendre à désamorcer un conflit.

-Accompagnements au changement.

Méthodes et Moyens pédagogiques :

Débriefings individuels, collectifs, Jeux de rôles sur la partie communication,

Mises en situation.