

Prévention et Gestion des Risques Psychosociaux

Objectif

Reconnaître les facteurs de risques psychosociaux ou les situations de travail contraignantes, afin de modifier les comportements qui affectent la santé physique et/ou mentale et optimiser le fonctionnement des entreprises

Programme de formation

1/ La notion de risques psychosociaux

- Le stress au travail
- Les violences internes
- Les violences externes
- L'épuisement professionnel

2/ Les conséquences

- Physiques : conduites addictives, comportements agressifs, TMS, maladies cardiovasculaires...
- Mentales : dépression, anxiété, syndrome d'épuisement, crises suicidaires, troubles du sommeil, troubles psychosomatiques
- Risques d'accidents du travail ou de trajet du travail : situations de troubles de l'attention, de concentration, situations de gestion d'ordre paradoxal, dysfonctionnement organisationnels
- Risques de précarisation, voire exclusion : fragilisation, démission, licenciement, inaptitude

3/ Cadre juridique

4/ Ateliers pratiques : démarche de prévention collective des risques psychosociaux

- Questions/réponses
- Jeux de rôle/cas concrets...
- Education à la posture
- Initiation aux gestes et postures face à une situation de conflit
- Comprendre et appliquer la notion de réponse adaptée en mode relationnel dégradé
- Faire alerter ou alerter

Actualisation

Retour d'expérience, vérification et remédiation de la mise en œuvre des actions de prévention

Public

Salarié, chef d'entreprise, RH, membre CHSCT, demandeur d'emploi

Pré requis

Aucun

Effectif

Un effectif de 6 à 12 stagiaires

Intervenant

Formateur en prévention de la santé et sécurité au travail

Durée

7 heures ou 14 heures

Evaluation

Evaluation continue, avec délivrance d'une attestation de formation

Actualisation

½ journée tous les ans conseillée

