


-  **Points forts** : Une formation clé pour prévenir les risques psychosociaux, en outillant les managers pour détecter le mal-être, adapter leur posture et favoriser un climat de travail sain et motivant.

Objectifs

- ▶ Identifier ses responsabilités de manager en matière de santé au travail.
- ▶ Reconnaître les manifestations de mal-être et les facteurs de risques associés.
- ▶ Identifier les pratiques de management qui s'inscrivent dans la prévention des risques psychosociaux.

Programme

- ▶ **Les enjeux des risques psychosociaux pour une équipe** :
 - Définition des risques psychosociaux.
 - Obligations légales de prévention.
 - Le DUERP.
 - Les responsabilités du manager.
 - Les enjeux liés à la lutte contre les RPS.
- ▶ **Prévenir le stress et le burn-out** :
 - Les origines du stress.
 - Théorie de l'évaluation.
 - Les facteurs de stress au travail.
 - Savoir reconnaître les symptômes du burn out/brown out/bore out/blur out.
- ▶ **Les bonnes pratiques pour prévenir la souffrance au travail** :
 - Savoir identifier les signaux faibles de souffrance.
 - Repérer les facteurs de risques dans l'organisation du travail et les pratiques managériales à risques.
 - La QVCT pour anticiper et prévenir les RPS.
 - Adapter sa posture managériale
 - L'exemplarité du manager
 - Savoir créer du lien avec ses collaborateurs
 - S'entretenir régulièrement et individuellement avec les collaborateurs
 - Comprendre et utiliser les leviers de motivation et d'engagement
 - Maîtriser les signes de reconnaissance
 - Développer l'autonomie dans votre équipe

Démarche pédagogique

Alternance d'apports méthodologiques et application au contexte de l'entreprise.
Constitution, avec les participants, de la boîte à outils RPS du manager, au fur et à mesure des apports.

Formatrice :

Coach certifiée et formatrice, spécialisée en management, qualité de vie au travail, prévention des risques psychosociaux et développement personnel. Elle accompagne les équipes et les individus dans l'amélioration de la communication, de la motivation et du bien-être, en s'appuyant sur une double expertise en coaching et en droit social.



Contact et Inscription

Ophélie HIRACHE 02.35.59.44.15 - ophelie.hirache@ceppic.fr

Public

Dirigeant, manager de proximité, manager de service.

Prérequis

Pas d'exigence spécifique

Modalités d'évaluation

Evaluation des acquis tout au long de la formation avec des exercices pratiques et des quizz.

Chaque participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

817 personnes formées en Management et Communication en 2024

91% Taux de satisfaction à chaud 2024

Dates de session

Mises à jour le 25/08/2025

Nous consulter



Contact et Inscription

Ophélie HIRACHE 02.35.59.44.15 - ophelie.hirache@ceppic.fr

Toutes nos formations sont réalisables sur mesure en intra-entreprise