



PREVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

« Manager le stress de l'équipe »

Les managers ont un rôle prépondérant pour anticiper les risques psychosociaux. Apprenez à repérer les signes précurseurs, à mettre en place des stratégies pour soutenir le bien-être des collaborateurs tout en renforçant la productivité et la cohésion..

MODALITES

- Être cadre ou avoir une fonction d'encadrement.
- 12 personnes maximum
- 2 jours/14 heures
- Lieu : Sur site client
- Délai d'accès : 2 mois
- Pour inscription nous contacter

TARIF

- 1190 euros HT/jour adaptable selon le volume

MOYEN PEDAGOGIQUE

- Présentiel
- Jeux de rôles
- Exercices en sous-groupe
- Apports théoriques, tests
- Remise d'un guide

ENCADREMENT PEDAGOGIQUE

- Le formateur est un professionnel de l'animation et de la pédagogie pour adultes
- Il est un expert aguerri sur le sujet de cette formation.

SUIVI ET APPRECIATION DES RESULTATS

- Feuilles d'évaluations signées par ½ journée.
- Evaluation de fin de stage par l'apprenant

INDICATEUR DE RESULTAT

- Taux de satisfaction en cours d'élaboration.

ACCESSIBILITE

- Les personnes atteintes d'un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Diagnostiquer le stress au sein de leurs services et apporter des solutions en terme d'organisation du travail et de cohésion d'équipe.
- Accompagner les salariés en difficultés.
- Développer la performance collective.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES ET CONTENU DE LA FORMATION

A la fin de la formation, les apprenants seront capables de :

Comprendre les risques psychosociaux, les types de prévention et lois.

- Définition des risques psychosociaux et du bien-être au travail.
- Les 3 types de prévention, les modèles de Karasek, Siegrid, Buchron.
- Les lois concernant les risques psycho-sociaux et le harcèlement.

Connaître les enjeux de la prévention du stress pour les managers.

- Les enjeux pour le manager, l'entreprise et les collaborateurs.
- Les relais et acteurs.

Réguler son propre stress et être un exemple.

- Techniques de respiration et psychologie positive.

Diagnostiquer son service et repérer les personnes en difficulté.

- Les indicateurs et symptômes du stress.
- Les conditions de travail et l'ergonomie.

Organiser et répartir la charge de travail.

- Actions à réaliser sur la charge de travail, la pression et pour favoriser l'autonomie.

Maîtriser l'écoute active et l'expression des collaborateurs.

- L'écoute active, le questionnement et la reformulation.
- Faire émerger les besoins des collaborateurs.

Accompagner les salariés en difficulté

- Accompagner les salariés victimes d'harcèlement, d'agression, en dépression ou ayant des problèmes personnels.
- Intervenir dans un conflit entre collaborateurs.

Développer la cohésion d'équipe et la motivation.

- Définir les valeurs, règles et rites en équipe.
- Donner du sens à l'action de chacun vers une performance collective.

Faire une critique constructive et donner de la reconnaissance.

- Faire une critique constructive avec la méthode D.E.S.C.
- Donner et recevoir des signes de reconnaissance.

Faire un plan d'action personnalisé.

- Identifier ses axes de progrès et faire un plan d'action personnalisé.

Cette formation peut être adaptée aux besoins et spécificités de chaque client.