

# Bien-être au travail et prévention des risques psychosociaux

## Objectifs de la formation :

À l'issue du parcours de formation, l'apprenant sera capable de :

- Comprendre le cadre réglementaire et les enjeux liés aux risques psychosociaux
- Identifier les facteurs de risques de son entreprise ou de son équipe
- Détecter les personnes en souffrance pour intervenir
- Elaborer un plan de prévention des risques psychosociaux

Formation réalisée par des professionnels consultants et formateurs du secteur.

## Public visé :

**Public :**

- Manager débutant.
- Responsable de service débutant.
- Chargé de missions RH, Responsable RH débutant
- Tout âge, mixité de publics

**Prérequis :**

- Savoir lire et écrire.
- Compléter l'évaluation prédictive de la formation.

## Contenu de la formation :

**Phase 1 : Les risques psychosociaux, environnement et principes**

- Définir les risques psychosociaux
- Connaître le cadre juridique des risques psychosociaux
- Connaître les devoirs et droits des entreprises et salariés
- Reconnaître l'agression en accident du travail ou maladie professionnelle

**Phase 2 : Les bonnes pratiques pour prévenir le stress et le burn out**

- Connaître les types de stress et les symptômes du stress
- Identifier les principaux stressseurs dans l'environnement de travail
- Mettre en œuvre des actions concrètes pour réduire le stress
- Prévenir les risques de « burn out », « brown out » et « bore out »

### Phase 3 : Prévenir les situations de harcèlement moral

- Comprendre les enjeux juridiques du harcèlement moral
- Reconnaître les comportements harcelants
- Savoir agir en cas de harcèlement avéré
- Adopter la bonne communication avec son équipe

### Phase 4 : Prévenir la souffrance au travail

- Les symptômes de la souffrance au travail : absentéisme, « turnover », troubles divers
- Identifier les risques de violences et/ou d'incivilités potentiels selon le poste
- Outils et méthodologie pour prévenir la souffrance au travail
- Audits, questionnaires, enquêtes de satisfaction, baromètre de climat social

### Phase 5 : Faire évoluer les pratiques de management

- Prendre du recul et poser un diagnostic sur les pratiques de management au sein de son équipe
- S'appuyer sur les outils d'analyse adaptés pour améliorer l'organisation du travail
- Organiser et aménager le travail pour prévenir les incivilités
- Savoir définir des indicateurs pour son équipe
- Prendre des mesures correctives

### Phase 6 : Mettre en œuvre des actions de prévention

- Créer et animer un processus de prévention des risques psychosociaux
- Sensibiliser et former les responsables
- Animer un dispositif de veille sur la souffrance au travail
- Mener des audits réguliers sur la qualité de vie au travail

## Démarche et modalités pédagogiques :

### Méthodes et évaluations

- Recueil des attentes des stagiaires et de leurs motivations (tour de table...)
- Jeux en groupe et individuel, interactions et mises en situation sous forme de jeux de rôle,
- Evaluations formative et sommative,
- Document d'évaluation de satisfaction,
- Formation associant aspects théoriques et implications pratiques
- Etude en groupe de cas concrets
- Confrontation d'expériences diversifiées
- Elaboration d'un plan de prévention des risques psychosociaux pour son équipe
- Attestation de présence

### Outils pédagogiques

- Support Powerpoint et cartographies
- Rétroprojecteur et envoi dématérialisé d'un support de formation

## Couts et durée

**Durée de la formation** : 2 jours soit 14 heures

**Type de contrat** : Convention de formation continue

**Tarif de la formation** :

- **Inter** : 48€ Net de taxe / heure / personne soit  
336€ Net de taxe / jours / personne  
Soit pour 2 jours : 672€ Net de taxe
- **Intra** : 1 200€ Net de taxe / jour  
Soit pour 2 jours : 2400€ Net de taxe

## Validation

- Attestation de présence
- Certificat de réalisation

## Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action et de suivre les résultats :

- Contrôle continu au cours de la journée par des exercices de mise en pratique
- QCM début et fin de formation
- Feuille d'émargement confirmée par une attestation

## Indicateurs de résultat

	2023	2024
Taux de satisfaction	/	98%
Taux de réussite	/	100%

## ACCESSIBILITÉ

- Gare à 10 minutes à pied
- Stationnement gratuit rue Aristide Briand
- Bus de l'agglomération Chauny-Tergnier-La Fère TACT : <https://www.bus-tact.fr/>
- Localisation en centre-ville donc possibilité de se restaurer en extérieur

Pour plus de renseignements, contactez-nous : [contact@codeveloppement-rh.com](mailto:contact@codeveloppement-rh.com) ou 03 23 52 82 77



*Le Centre de Formation Co Développement RH s'engage à tout mettre en œuvre pour permettre l'accessibilité de son offre en fonction des besoins et compte tenu des difficultés particulières liées aux handicaps des personnes concernées grâce à ses deux référentes handicap, NOIROT Maud et GOYARD Sophie, que vous pouvez contacter au 03 23 52 82 77.*