

COMPRENDRE ET APPRENDRE À GÉRER SON STRESS POUR MIEUX VIVRE AU TRAVAIL

... sont aujourd'hui associés au monde du travail et concernent un nombre de plus en plus important de salariés. Le débat autour des RPS a même trouvé sa place dans les médias.

Les méthodes d'organisation sont aujourd'hui interrogées et la dimension subjective du bien être au travail est centrale puisqu'elle est garante de l'efficacité. En tant que directeurs, psychologues, auditeurs, DRH... il est primordial de savoir de quoi nous parlons en évoquant les RPS et d'avoir les outils adaptés pour les diagnostiquer et proposer un plan d'action cohérent.



Outils pédagogiques :

→ Film - Etudes de cas - Grilles d'identification des RPS - Grille d'évaluation de l'état de l'équipe et de ses membres

Les fondamentaux de la prévention RPS

- Le contexte général.
- Définitions clés.
- L'impact sur les individus, les équipes et l'entreprise.

Diagnostiquer les RPS

- Les enjeux du diagnostic.
- Les symptômes à repérer.
- Etudes de cas.

Outils

- Grilles d'identification des RPS.
- Identifier le stress professionnel.

Elaborer le plan d'action

- Sur quoi agir.
- Mettre en place les actions de prévention.

Définir et affirmer votre rôle auprès des salariés en difficulté

- Votre cadre d'intervention.
- Comment écouter et agir.

A l'issue de cette formation, chaque stagiaire aura une vision claire de la prévention des RPS et aura les outils pour les diagnostiquer et les gérer.