



FORMATION

Faire face aux Risques Psycho-Sociaux (RPS)

Durée : 2 jours (14h)

Le public :

Tout salarié

Pré-requis : Aucun

L'objectif de la Formation :

Être capable de :

- ✓ Comprendre les mécanismes psychiques, comportementaux, relationnels liés aux RPS
- ✓ Détecter et comprendre les situations à risque
- ✓ Développer des stratégies de prévention
- ✓ Analyser, prévenir et gérer les situations difficiles ou conflictuelles

Le profil de l'intervenant :

Formateur spécialisé en RPS

La pédagogie utilisée :

Pédagogie active et participative : la formation s'appuiera en permanence sur les expériences et le vécu de chaque apprenant.

Représentations mentales, techniques d'échanges et de questionnement, brainstormings

Analyse de sa pratique professionnelle

Mises en situation analysées et débriefées en termes de points forts et d'axes de vigilance

Questionnement sur son rapport à l'autre : identité personnelle et professionnelle

Apports du formateur, travaux en sous-groupes avec synthèse commune

« Élaborer son cadre de sécurité » en individuel

Les outils pédagogiques

Vidéo projection, support de la formation sur clé USB

Remis à chaque apprenant : clé USB, stylo, bloc-notes



Validation des acquis :

Quiz de validation des connaissances acquises

Évaluation de la formation :

Questionnaire de satisfaction de la formation





Faire face aux RPS

Le programme peut être ajusté en fonction de vos objectifs et de vos besoins

Inclusion

Les fondamentaux

- Identifier sa représentation des Risques Psycho-Sociaux dans son quotidien
- Déterminer les principaux risques dans son métier
- Repérer les conséquences pour soi, pour les autres
- Rappeler les enjeux et le cadre réglementaire et légal

Représentations mentales, questionnement et échanges, apports

Détecter et comprendre les situations à risque

- Identifier ce qui se joue dans sa relation à l'autre : tensions ; jeux de pouvoir ; les sollicitations et le refus ; le sentiment de déposssession...
- Identifier ce qui se joue avec soi : sentiment de culpabilité ; perte de confiance en soi ; usure et épuisement professionnel ; surimplication
- Repérer ses propres signaux d'alerte

Travail en sous-groupe avec techniques d'échanges, restitution et synthèse commune

Analyse de sa pratique professionnelle : attitudes, difficultés, ressentis

Apports complémentaires

Analyser, prévenir et gérer les situations difficiles de type conflit, agressivité, crise...

- Repérer les signaux d'alerte et anticiper les facteurs aggravants
- Expliquer la courbe du conflit et de la violence pour mieux prendre du recul sur son origine
- Utiliser une technique de CNV (Communication Non-Violente) pour faire baisser les tensions
- Savoir dire non et s'affirmer dans la bienveillance et l'auto-bienveillance
- Préserver une distance professionnelle sécurisante
- Solliciter les acteurs de la prévention en fonction de ses besoins

Mises en situation analysées et débriefées en termes de points forts et d'axes de vigilance

Questionnement sur son rapport à l'autre : identité personnelle et professionnelle

Elaboration de son propre « cadre de sécurité » (limites, attitudes, pratiques, pistes d'action)

Evaluation des acquis

Déclulsion

