



## PRÉVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue de cette formation vous serez apte à repérer les situations professionnelles stressantes, identifier les différents profils et leurs zones de fragilité.

Vous serez capable de mettre en place des points de repères et de vigilance pour prévenir les risques.

### CONTENU DU PROGRAMME

#### 1. Définir le stress et la souffrance au travail

Faire un point sur le cadre juridique

Identifier les sources de stress professionnelles

Repérer la maltraitance au travail : harcèlement moral ou sexuel, violences...

Comprendre les mécanismes du harcèlement et les conséquences pour la victime et l'entreprise

Connaître les mécanismes interactifs entre stress, harcèlement, violence...

Cerner les enjeux humains, économiques et juridiques

#### 2. Évaluer les conséquences physiques et psychiques du stress et de la souffrance au travail

Repérer les profils stressés et leurs réactions face au changement et à la pression

Identifier les premiers signes d'une détérioration de la santé et les signaux d'alarme dans les comportements des collaborateurs

Mesurer l'escalade du stress en entreprise : pression, burn-out, Karoshi, stress post-traumatique, suicide...

#### 3. Impliquer et accompagner les managers dans la prévention des risques

Identifier les facteurs de risques notamment ceux sur lesquels les managers peuvent agir

Travailler sur la posture du manager : proximité, reconnaissance

Développer la vigilance et les comportements des managers

Identifier les actions possibles du manager et ses marges de manœuvre pour prévenir les risques

#### 4. Plan d'action individuel

### METHODES MOBILISÉES ET MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Utilisation de méthodes pédagogiques expositives, interrogatives ou actives (tests, mises en situation, jeux de rôle...) permettant d'acquérir ou actualiser ses connaissances.
- Réalisation d'un quizz/QCM d'évaluation finale des connaissances
- Remise d'une fiche individuelle d'appréciation de la formation
- Remise au stagiaire du support de formation sur clé USB

### HÔTELS / RESTAURANTS / CAFÉS / TRAITEURS

