

## SENSIBILISATION AUX RISQUES PSYCHO SOCIAUX (REPERER LA SOUFFRANCE AU TRAVAIL)

### Objectifs pédagogiques :

- Comprendre ce que sont les risques psychosociaux, repérer leurs causes et leurs signaux d'alerte
- Adopter la bonne conduite face à un collègue fragilisé ou en souffrance
- Se protéger du stress et se positionner en cas de situation difficile.

### Public :

Tout collaborateur souhaitant acquérir les bases de la prévention des RPS pour agir à son niveau.

### Contrôle du suivi :

Les stagiaires émargent une Feuille de présence par demi-journée de formation, pour justifier de leur participation. Le formateur élabore un compte-rendu de formation à la fin de la session et il signe également les feuilles d'émargement.

### Prérequis : Aucun

**Notre formateur :** Consultant J+ FORMATION

**Durée :** 1 jour (7h00)

**Délais d'accès :** variable entre 10 et 21 jours pour la mise en place d'une session

**Tarif :** Cf au devis ci-joint

### Moyens pédagogiques :

Apports théoriques : Vidéo, powerpoint, documentation et nombreuses textes réglementaires.

Qui seront agrémentés de nombreux échanges, questions, débats, de mises en situation, d'exemples et d'études de cas en sous-groupes permettent aux apprenants de se confronter à des situations réalistes et de favoriser la discussion autour des RPS.

Démonstration et mise en pratiques de techniques simples pour gérer son stress.

### Evaluations

- Durant la session une évaluation des acquis est réalisée par le formateur.

- En fin de session, une évaluation à chaud est réalisée par les stagiaires (fiche à compléter) : elle concerne principalement le déroulement et le contenu de l'action de formation, ainsi que le degré de satisfaction à l'issue de cette action.

- Après retour des participants sur leur poste de travail et après mise en pratique des acquis, une évaluation à froid sera réalisée par le client commanditaire du projet.

### Modalité de validation des compétences

- Délivrance d'un Certificat de réalisation de la formation et d'une « Fiche de validation de compétences ».

**Support :** Un support de cours dématérialisé est remis à chaque stagiaire en fin de session.

**Accessibilités :** La formation est accessible aux personnes en situation de handicap ou ayant des besoins spécifiques. La mise en place d'un accompagnement est proposée afin que la formation se déroule dans les meilleures conditions : notre REFERENTE HANDICAP Joëlle Gruelles est chargée d'organiser leur accueil, et reste à leur disposition au 07 78 39 84 28 ou [jplusformation@hotmail.com](mailto:jplusformation@hotmail.com).