

## **SENSIBILISATION AUX RISQUES PSYCHOSOCIAUX DANS LE CADRE DU TELETRAVAIL ( à destination des managers)**

Cette formation vous permettra de comprendre les enjeux liés aux risques psychosociaux de façon générale et plus précisément dans le cadre du travail à distance. Vous identifierez en quoi le manager est un acteur clé dans la démarche de prévention, à la fois en tant que détecteur mais aussi en tant que régulateur des tensions.

### **Objectifs pédagogiques**

- Acquérir des connaissances sur la notion de risques psychosociaux, différencier les familles de RPS
- Identifier les risques spécifiques liés au travail à distance
- Connaître et identifier les effets des RPS sur la santé et l'entreprise
- Identifier les axes-clés pour une prévention managériale
- Analyser sa pratique managériale

### **Public concerné**

Toute personne amenée à manager des collaborateurs travaillant en tout ou partie en télétravail.

### **Prérequis**

Avoir des compétences d'encadrement de niveau débutant.

### **Positionnement des stagiaires dans la formation**

Un tour de table est proposé par l'intervenant afin que chacun des participants puisse expliciter ses attentes vis-à-vis de la formation

### **Durée de la formation**

**1 journée de 7 heures**

### **Modalités pratiques**

Les dates, horaires et lieux seront précisés lors de la convocation.

Le groupe ne pourra excéder 12 participants.

### **Modalités pédagogiques**

La formation peut être réalisée en présentiel ou en distanciel.

Le formateur met l'accent sur une pédagogie active, ludique et participative fondée sur le travail collectif et les échanges.

L'apport de notions théoriques (sous forme d'exposés vidéo projetés) est étayé de situations pratiques (exercices, cas pratiques, partage d'expériences).

Un support numérique synthétisant les thèmes développés est remis aux participants.

**Pour réussir votre formation, notre organisme est en capacité d'adapter ses prestations aux éventuelles situations de handicap, temporaires ou permanentes. Le cas échéant, merci de nous contacter afin d'étudier ensemble les possibilités d'adaptation**

## Le formateur

La formation sera animée par Sophie Morin, psychologue du travail, psychothérapeute et IPRP (intervenante en prévention des risques professionnels), formatrice depuis 2009.

## Programme de la formation

### Les différents risques psychosociaux : définitions et mécanismes

=> Mise en situation : *S'entraîner à identifier les RPS à partir de quizz*

### Les conséquences des risques psychosociaux

- Les conséquences au niveau individuel (physiques, psychologiques, cognitives, comportementales, sociales....)
- Les conséquences au niveau de l'entreprise

=> *Mise en situation : s'entraîner à repérer les conséquences à partir d'une vidéo de l'INRS*

### Les causes des risques psychosociaux

- Les sources de stress au travail (les 6 familles selon Gollac)
- La situation de travail à distance : quels risques spécifiques ?
  - Les risques liés à l'environnement de travail
  - Les risques liés aux modifications des relations de travail
  - Les risques liés à l'exécution du travail
  - Une spécificité liée à la période COVID ?

=> *Mise en situation : s'entraîner à repérer les facteurs de tension à partir d'une vidéo de l'INRS*

### Identifier les axes-clés pour une prévention managériale des RPS

- L'évaluation de la charge de travail/ la fixation des objectifs
- Maintenir la motivation au sein de l'équipe
- La mise en place de contacts réguliers et de rituels
- La vigilance sur les signaux d'alerte
- L'accompagnement des personnes en difficulté : La communication avec les personnes en difficulté et leur orientation vers les acteurs relais

=> *Mise en situation : Réfléchir à ce qui peut être modifié au niveau de sa propre pratique managériale pour réduire les facteurs de tension ou développer des facteurs de protection au sein de son équipe*

## Modalités d'évaluation

Les stagiaires signeront une feuille d'émargement.

La validation des acquis sera faite tout au long de la formation par un contrôle continu sur des exercices pratiques individuels et collectifs.

A l'issue de cette formation, les participants se verront délivrer un certificat de réalisation.

L'évaluation de la satisfaction quant à la formation (contenu et animation) sera réalisée par les stagiaires en fin de formation ainsi que par l'envoi d'un questionnaire 3 mois après la réalisation de la formation.

## Tarifs et prise en charge

Le coût de la formation en intra-entreprise est de 1200 € nets de taxe la journée.

Sophie Morin Conseils étant référencé DATADOCK, les formations que nous organisons peuvent être éligibles au financement de vos OPCO. Par ailleurs, notre organisme de formation est engagé dans une démarche de certification QUALIOPi.