

### Durée :

1 jour / 7h

### Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Repérer les facteurs de risques possibles dans leur entreprise et leur impact sur les individus
- Agir au quotidien pour éviter les risques psychosociaux pour eux-mêmes et pour autrui
- Identifier les organismes compétents pour accompagner ou aider si besoin.

### Public :

Toute personne souhaitant mieux connaître les risques psychosociaux et leur manifestation

### Contenu pédagogique :

#### Les risques psychosociaux : de quoi parle-t-on ?

Définitions de l'ANACT et de l'INRS

Modélisation de la prévention des risques de la CARSAT

Chiffres clés des RPS

Cadre réglementaire et accords interprofessionnels

Conséquences des RPS sur la santé

Modèles théoriques de l'analyse des risques psychosociaux en entreprise

(Modèle KARASEK, SIEGRIST, indicateurs GOLLAC) - passation du questionnaire KARASEK

7 idées reçues à combattre

Signaux d'alerte

Le cas du syndrome d'épuisement professionnel

Qui solliciter en cas de RPS ?

Comment agir au quotidien ?

Test sur son style de comportement (outils DISC) comment nous agissons, comment nous réagissons ?

Conseils en cas de situation extrême.

### Pré-requis :

Aucun

### Sanction de la formation :

Attestation de formation

### Démarche et méthodes pédagogiques :

- Démarche **inductive** « pédagogie de la découverte » et **déductive**.
- Méthodes :
  - **Active**, le formateur montre, le participant reproduit
  - **Participative**, basée sur le questionnement des participants

### Techniques et outils :

Alternance des techniques suivantes : **brefs exposés, questionnement, tests et questionnaires, échanges de pratique.**

Remise d'un support pédagogique

### Modalités d'évaluation :

- Evaluation formative en cours de module
- Evaluation des acquis
- Evaluation de la satisfaction, à chaud
- Evaluation à froid sous 4 mois

