

# Prévention et Gestion des Risques Psychosociaux (RPS)

**Durée** : 2 jours (14h)

**Date** : sur demande

**Format** : Alternance entre apports théoriques, exercices pratiques et travaux en groupe.

## PRÉSENTATION

*Vos équipes sont-elles protégées face aux risques psychosociaux ?*

Cette formation a pour but d'aider les managers, RH et collaborateurs à mieux comprendre les risques psychosociaux, à repérer les signaux d'alerte, et à agir concrètement pour les prévenir et les gérer.

Elle propose des outils pratiques et des échanges autour de situations réelles afin de renforcer le bien-être au travail tout en réduisant les impacts négatifs sur la performance et la santé des équipes.

## OBJECTIFS

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

- Identifier les principaux risques psychosociaux (stress, burn-out, conflits, harcèlement) et leurs impacts.
- Analyser les causes et facteurs contribuant aux RPS dans leur organisation.
- Mettre en place des actions de prévention adaptées.
- Gérer efficacement les situations à risque pour protéger les collaborateurs.



## PROGRAMME

### Jour 1 : Comprendre et prévenir les RPS

#### 1. Les fondamentaux des risques psychosociaux (1h30)

- Définition : qu'est-ce que les RPS ?
- Différentes formes de RPS : stress, burn-out, harcèlement, conflits, etc.
- Enjeux pour l'entreprise : santé des collaborateurs, performance, responsabilité légale.

#### 2. Identifier les causes et repérer les signaux d'alerte (2h)

- Facteurs organisationnels, relationnels et individuels.
- Symptômes visibles et signaux faibles au niveau des équipes et des individus.
- Cas pratiques : analyse d'exemples concrets.

#### 3. Évaluer les risques psychosociaux (1h30)

- Présentation des outils d'évaluation : questionnaires, audits, entretiens.
- Construire un diagnostic RPS adapté à son contexte.
- Étude de cas : lecture et analyse de diagnostics existants.

#### 4. Élaborer un plan de prévention (2h)

- Étapes pour construire un plan d'action réaliste et efficace.
- Priorisation des actions : impliquer les différents acteurs de l'entreprise.
- Atelier collectif : co-construction d'un plan de prévention.

### Jour 2 : Gérer les situations à risque et construire un climat serein

#### 1. Intervenir face à une situation sensible (2h)

- Techniques d'écoute et d'accompagnement des collaborateurs en difficulté.
- Gérer les conflits et désamorcer les tensions.
- Jeux de rôle : mise en situation d'une intervention en cas de crise.

#### 2. Sensibiliser et mobiliser les équipes (2h)

- Actions de sensibilisation efficaces : ateliers, formations, communications internes.
- Mobiliser les managers et collaborateurs autour de la prévention.
- Retours d'expérience : bonnes pratiques identifiées dans d'autres entreprises.

#### 3. Renforcer le bien-être au travail (1h30)

- Clés pour instaurer un climat bienveillant et motivant.
- Valorisation des collaborateurs : reconnaissance, dialogue et équilibre vie pro/perso.
- Atelier : rédaction d'une charte de bien-être adaptée à l'entreprise.

#### 4. Évaluer les actions et ajuster les démarches (1h30)

- Suivi des mesures de prévention : quels indicateurs utiliser ?
- Analyse des résultats pour améliorer en continu.
- Bilan de la formation et engagement des participants sur des actions concrètes.

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques simples et directement applicables.
- Études de cas réels pour ancrer les apprentissages.
- Ateliers interactifs et échanges d'expériences entre participants.

### RÉSULTATS ATTENDUS

- Des collaborateurs capables de détecter et d'analyser les risques psychosociaux.
- Un plan d'action de prévention des RPS adapté au contexte de l'entreprise.
- Des pratiques renforçant le bien-être et la sérénité au travail.

### CONTACTEZ-NOUS

Isabelle DUQUESNE  
EUROBOGEN – Directrice Pédagogique  
[ifd@eurobogen.com](mailto:ifd@eurobogen.com)  
[www.eurobogen.com](http://www.eurobogen.com)  
+33 (0)7 69 34 18 73  
+ 33 (0)3 88 40 48 47

7, rue Kant, 67000 Strasbourg

### PUBLIC CONCERNÉ

- Managers, responsables RH, élus du personnel ou toute personne impliquée dans la prévention des RPS.
- Pour les personnes en situation de handicap (PSH), l'organisme s'engage à fournir une salle conforme aux normes d'accessibilité.