

# Risques psychosociaux, l'accompagnement de la personne

Un parcours d'acquisition des connaissances :

- Des formats de 3 à 12 mois
- De 3 à 9 capsules de 3h30 selon les parcours
- Pédagogie synchrone et asynchrone
- Formation, coaching et co-développement
- Modalités : en présentiel ou en distanciel, blended (y compris e-learning)
- Accès : sur-mesure en intra-entreprise
- Assistance technique et pédagogique pour accompagner le bénéficiaire pendant les étapes de son parcours

[Voir les tarifs](#)

**LA PERSONNE** INSTITUT  
FORMATION ET COACHING

**40%**

de nos clients en 2020, sont fidèles depuis 9 ans !

**66%**

de nos clients en 2020 étaient déjà clients en 2019 !

**La qualité c'est la confiance renouvelée !**

## Accessibilité aux personnes handicapées

Vous avez un besoin spécifique d'accessibilité ? Contactez-nous à l'adresse suivante : [contact@lapersona.fr](mailto:contact@lapersona.fr) pour étudier au mieux votre demande et sa faisabilité.

### CAPSULE N°1

#### Les enjeux des risques psychosociaux

- Exercice : 6 propositions "RPS ou QVT ?"
- Définir les risques psychosociaux et acquérir une terminologie commune.
- Les RPS versus QVT ?

### CAPSULE N°2

#### Prévenir le stress et le burnout

- Exercice sous-groupe
- Identifier les principaux "stresseurs" dans l'environnement de travail.
- Mettre en œuvre des actions concrètes pour réduire le stress.
- Analyse des techniques de réduction du stress.
- Prévenir les risques de burnout, de brownout et de boreout.
- Repères utiles sur la souffrance au travail : dépression, anxiété, burn-out

### CAPSULE N°3

#### Prévenir les situations de harcèlement

- Etude de cas
- Echange autour d'un cas concret de harcèlement moral collectif.
- Comprendre les enjeux juridiques du harcèlement.
- Les différents types de harcèlement (moral, sexuel...).
- Savoir agir en cas de harcèlement déclaré.
- Adopter la bonne communication avec son équipe.

#### CAPSULE N°4

### Prévenir les situations de violence interne et externe

- Echanges
- Réflexion et débats sur des cas concrets (violence verbale, relations clients, etc..)
- Comprendre les différents types de violence : physiques, verbales, morales...
- Identifier les facteurs de violence
- Identifier les leviers d'actions pour prévenir ou atténuer les situations de violence

#### CAPSULE N°5

### L'accompagnement de la personne

- Exercice en sous-groupe
- Sur la base d'études de cas en mode « storytelling », « mises en situations » tous au long du processus de travail
- Les enjeux de la prévention individuelle
- La communication : le système nerveux autonome des RPS
- Favoriser le travail ou la reprise du travail

#### CAPSULE N°6

### Faire face aux enjeux des risques psychosociaux en environnement systémique

- Exercice en sous-groupe
- Les situations de travail à risque dans mon environnement, à classer dans les six catégories de risque
- Les enjeux pour l'entreprise et pour les individus.
- Les situations considérées comme "à risque".
- Les symptômes de la souffrance au travail.
- Absentéisme, turnover, troubles divers.
- Outils et méthodologie pour prévenir la souffrance au travail.



#### Modalités d'évaluation

L'évaluation est réalisée tout au long de la formation à travers différents moyens (mise en situation, training vidéo, quiz...).

Le stagiaire évalue sa progression et ses acquis à l'issue de la formation. L'intervenant valide la progression du stagiaire et précise les outils utilisés pour la validation des acquis.

### Nous contacter

☎ 01.53.32.50.40

✉ [contact@lapersona.fr](mailto:contact@lapersona.fr)

🌐 [www.lapersona-institut.fr](http://www.lapersona-institut.fr)

Accompagnement de la  
Connaissance à la Compétence  
Au Poste de Travail

Mis à jour en septembre 2021.