

Les risques psychosociaux

OBJECTIFS :

- Comprendre les mécanismes liés aux risques psychosociaux
- Savoir ce qu'il faut faire face à une personne en cycle de maintenance
- Savoir ce qu'il ne faut pas faire face à une personne en cycle de maintenance
- Connaître les théories explicatives des risques psychosociaux (Karasek, Siegreist ...)
- Savoir comment créer un audit liés aux risques psychosociaux

Durée : 2 jours

Public : Toute personne ayant des responsabilités hiérarchiques et/ou fonctionnelles.

Pré-requis : aucun

Déroulement :

• Le Leadership

- Comment projeter du Leadership
- Lien entre qualité managériale et risques psychosociaux
- Le rôle du manager

- Les stratégies de coping

- Stratégies de défense et stratégies de coping
- Les échelles de coping

•- Le stress

- Qu'est ce que le stress
- Physiologie du stress
- Les modèles explicatifs du stress

- Atelier de gestion émotionnelle

- Utilisation d'un outil de feedback pour analyser les techniques de gestion du stress.

- Les modèles liés aux risques psychosociaux

- Le modèle de Karasek
- Le modèle de Cooper
- Le modèle de Siegreist
- les méthodologies possibles pour identifier les risques psychosociaux