

Prévenir et agir sur les Risques Psychosociaux (RPS)

V.1 11/09/2025

Durée :

7h00

Tarif :

- Inter : 700€ HT / personne
- Intra : Sur devis

Objectifs :

- Comprendre les mécanismes des risques psychosociaux et leurs manifestations dans le travail.
- Repérer les signaux chez les autres et chez soi.
- Identifier les facteurs de risque et leurs interactions.
- Co-construire des pistes d'amélioration concrètes et transférables dans son contexte.
- S'outiller pour analyser les situations-problèmes et mettre en œuvre un plan d'actions.

Public :

Tout salarié pouvant être sujet aux risques psychosociaux.

Prérequis :

Aucun

Moyens pédagogiques :

- Livret de formation.
- Démonstrations et exercices pratiques.

Méthodes et démarches :

- Méthodes expositive, démonstrative, active ; démarches inductive et déductive.
- Alternance apports / mise en pratique / analyse de situations / co-construction.

Modalités :

- En présentiel sur site.
- Analyse des besoins et questionnaire de positionnement en amont.
- Régulation pédagogique continue selon les retours des participants.
- Évaluation à chaud en fin de formation.

Prévenir et agir sur les Risques Psychosociaux (RPS)

V.1 11/09/2025

Moyens d'encadrement de la formation :

Animation interactive axée sur la pratique : expérimentations, feedbacks individualisés, remise de supports et d'outils opérationnels.

Lieu de formation :

Présentiel sur site du client.

Modalités et délais d'accès :

Inscription par mail ou par téléphone au 07.45.89.75.51 ou formations@justcoaching.fr.
L'accès à la formation demande un délai de 10 jours minimum.

Financement :

Cette formation est éligible aux financements des OPCO.

Accessibilité :

Pour toute demande d'aménagement et/ou de compensation, merci de contacter notre référent handicap Lauric MICHELAND par mail : lauric.m@justcoaching.fr

Contact :

Lauric MICHELAND - Directeur de l'organisme de formation - 07.84.11.75.81 -
lauric.m@justcoaching.fr

Prévenir et agir sur les Risques Psychosociaux (RPS)

V.1 11/09/2025

09h00 - 12h30 : Comprendre, évaluer et repérer les Risques Psychosociaux

Compétences visées

- Comprendre les mécanismes des risques psychosociaux et leurs manifestations dans le travail.
- Repérer les signaux faibles et les signaux d'alerte chez soi et chez les autres.
- Identifier les facteurs de risques psychosociaux et leurs interactions.

Programme de la formation

- 09h00 / 09h10 - Accueil et émargement.
- 09h10 / 09h25 - Attentes & positionnement flash.
- 09h25 / 09h45 - Comprendre les RPS : définitions, mécanismes et cadre général.
- 09h45 / 10h15 - Enjeux & facteurs de risque psychosociaux.
- 10h15 / 10h25 - Pause.
- 10h25 / 12h00 - Repérer les signaux : chez soi, chez les autres et dans les collectifs.
- 12h00 / 12h25 - Outils d'analyse des situations-problèmes.
- 12h25 / 12h30 - Synthèse & régulation pédagogique.

13h30 - 17h00 : Agir sur les RPS et bâtir son plan d'actions

Compétences visées

- Analyser une situation-problème liée aux RPS.
- Co-construire des pistes d'amélioration adaptées à son contexte de travail.
- Mettre en œuvre un plan d'actions simple, concret et transférable.

Programme de la formation

- 13h30 / 13h40 - Réactivation & mise en dynamique du groupe.
- 13h40 / 14h10 - Analyse de situations professionnelles.
- 14h10 / 14h40 - Atelier en binômes : quelles pistes d'amélioration face aux RPS ?
- 14h40 / 14h50 - Pause.
- 14h50 / 15h20 - Pistes d'actions et leviers de prévention des RPS.
- 15h20 / 15h50 - Cas métiers.
- 15h50 / 16h20 - Audit express des pratiques et du fonctionnement.
- 16h20 / 16h40 - Plan d'actions individuel et / ou collectif.
- 16h40 / 16h50 - Quiz & engagement « premier pas ».
- 16h50 / 17h00 - Évaluation à chaud & clôture.