

RISQUES PSYCHOSOCIAUX ET LE SYNDROME D'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL



Objectifs

Définir les risques psychosociaux et leurs enjeux, repérer les actions de prévention
Reconnaître les situations d'épuisement professionnel

Contenu

Les enjeux de la prévention des risques psychosociaux

Le cadre juridique : le renforcement de la responsabilité des employeurs, les obligations légales

Les facteurs aggravants des situations de risques psychosociaux, dans les métiers de l'accompagnement et du soin : l'organisation et les conditions de travail, le mode de management, stress, agressivité des personnes accompagnées, la relation aux familles

Les signes d'alertes, les indicateurs sociaux et de santé au travail : absentéisme, turn over, demandes de congé individuel de formation

L'impact sur la santé physique et mentale

Prise de conscience de la situation d'épuisement professionnel

Reconnaître les signes d'épuisement professionnel dans le quotidien et apprendre à les formuler

Les indicateurs d'alerte et leur développement

Les signes physiques et psychosomatiques

Les moyens de prévention :

Individuels : l'importance de l'hygiène de vie, les temps de repos, définition de moments de relaxation et de décompression dans la vie extra-professionnelle, l'activité physique, l'écoute et la régulation des émotions, la prise de distance.

Travail sur les représentations par les questionnements : les insultes me visent-elles réellement personnellement, la colère des familles m'est-elle directement adressée...

Organisationnels, en agissant à la source : favoriser l'autonomie, favoriser le soutien et la collaboration verticale (de la hiérarchie aux accompagnants), favoriser le soutien et la collaboration horizontale (cohésion d'équipe, gestion des conflits, climat de confiance)

Managériaux : mise en place d'actions collectives, échanges de pratiques, mise en place d'un réseau sur lequel s'appuyer

Modalités

Formation de groupe de 6 à 10 stagiaires (en intra ou inter entreprise)

Méthode pédagogique : Alternance de cours théoriques et de travaux pratiques

Financement

OPCA (Organisme Paritaire Collecteur Agréé), Plan de formation. Tarif : nous consulter

Calendrier et durée

Durée : 3 jours - 21 heures

Plusieurs sessions dans l'année

Nous consulter pour les dates

Lieux de formation

Greta Dore Allier- 8 rue du Président Wilson
03300 CUSSET

Greta Dore Allier- 68 avenue Léo Lagrange
63300 THIERS

Contact

Christophe BERNIGAUD, Conseiller en Formation Continue

☎ 04 70 97 78 58

christophe.bernigaud@ac-clermont.fr



Greta du bassin Dore Allier
bd du 8 mai 1945
03300 CUSSET

☎ 04 70 31 44 55

www.greta-doreallier.fr



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes