



## Formation courte

# Introduction aux risques psychosociaux

« À chaque instant, par ses comportements, ses décisions, ses pratiques, le manager peut être un facteur de risque ou un facteur de protection pour la santé de ses équipes. » Brun, 2008

En France, les risques psychosociaux (RPS) désignent les risques pour la santé mentale, physique et sociale engendrés par les conditions d'emploi et les facteurs organisationnels ou relationnels. Sous l'effet des mutations du monde du travail (multiplicité et complexification des tâches, individualisation, exigences accrues, etc), leur prise en compte est devenue incontournable. L'objectif de cette formation est donc de renforcer les compétences du manager pour l'aider à comprendre et prévenir le stress, les violences internes et externes et le syndrome d'épuisement professionnel. Instaurer un cadre professionnel sécurisant et apaisé permettra notamment de réduire les problèmes de santé, l'absentéisme et les accidents tout en stimulant la performance, la motivation et la cohésion de ses équipes.

### Objectifs :

- ✓ Identifier les liens entre travail et santé
- ✓ Identifier les familles de RPS et leurs manifestations
- ✓ Analyser les situations pouvant amener à des risques psychosociaux
- ✓ Appliquer une démarche de prévention et d'évaluation pour suivre l'état de santé mentale des employés
- ✓ Aménager l'environnement de travail et utiliser des démarches de prévention pour stimuler la motivation et favoriser le bien-être

### Modules :

1. Le travail et la santé au travail
2. Risques psychosociaux
3. Les 7 familles de facteurs de risques, échelles d'évaluation et prévention
4. Cas pratiques

Une formation dite « asynchrone » comprend des modules d'enseignement et des ressources pédagogiques en ligne que l'apprenant peut consulter ou compléter librement durant une période définie. Ce dernier peut ainsi travailler en toute autonomie, à son propre rythme et selon ses disponibilités. Dans la majorité des cas, un module se conclut par un questionnaire permettant à l'apprenant de s'auto-évaluer.

\*dans un souci de confort et d'accessibilité, nous vous conseillons de privilégier l'usage d'un ordinateur et d'éviter la tablette et le smartphone.

## Formation asynchrone

Contenu disponible pendant 10 semaines à compter de la réception du mail avec vos droits d'accès.

### PUBLIC

Tous managers (N+1 et N+2), soucieux d'accompagner leurs équipes vers un mieux-être professionnel

### ACCES

Depuis un ordinateur\* possédant une connexion internet

### DUREE

Contenus et temps de travail personnel estimés à 8h

### TARIF

190 € / personne extérieure  
175 € / partenaire Centre Pierre Janet

## INTERVENANT

### Julien Bruno-Enzinger

Docteur en psychologie de la santé,  
psychologue-psychothérapeute,  
spécialisé en  
psychotraumatologie et  
psychologie positive

## CONTACT

Centre Pierre Janet  
Pôle Formation  
03.72.74.83.32

[cpj-formation@univ-lorraine.fr](mailto:cpj-formation@univ-lorraine.fr)

[www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr](http://www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr)



Conditions Générales de Vente