

Niveau manager – Acteur de prévention en santé mentale au travail – RPS – QVCT

Durée : Inter-entreprise : 2 ou 3 jours

Intra-entreprise : sur mesure Organisation suivant les besoins

Nombre de participants : Jusqu'à 10 pers.

Introduction

La santé mentale au travail, la qualité de vie au travail (QVCT) et la prévention des risques psychosociaux (RPS) sont devenues des enjeux majeurs pour les organisations.

Cette formation-action permet aux managers de développer les compétences nécessaires pour agir sur les situations de travail, préserver la santé mentale des équipes et faire de la prévention un levier de performance collective.

Objectifs

- Comprendre les enjeux
- Identifier les facteurs de risque
- Agir sur les situations de travail
- Développer les compétences de co-régulation
- Intégrer la prévention dans le management
- Renforcer la performance durable des équipes

Programme

Journée 1

- La santé mentale au travail, la qualité de vie au travail - QVCT, les Risques psycho-sociaux, de quoi parle-t-on ?
- Enjeux pour l'entreprise, pour le manager et le personnel
- Conditions de réussite d'une démarche de prévention dans ce domaine et d'amélioration continue des conditions de travail
- Les leviers d'actions managériaux

Journée 2

- Manager la QVCT et intégrer la prévention en santé mentale au travail - RPS pour renforcer la performance de vos équipes
- La prévention active en santé mentale intégrée au travail, le lien avec le lien à l'activité physique professionnelle TMS (suivant les secteurs d'activité et métiers ex: aide/soin, BTP, Bureau..)
- Identifier et agir sur les situations de travail dans un contexte où chacun est acteur de l'amélioration continue dans l'équipe
- Faire de l'amélioration participative des conditions de travail un levier managérial

Journée 3 - optionnelle

- Les compétences psychosociales au service du leadership :
 - Réguler ses charges mentales, physiques et émotionnelles
 - Manager en s'appuyant sur son intelligence émotionnelle
 - Impulser des interactions qui favorisent la responsabilité des équipes
 - Manager dans le respect de ses valeurs, de celles de son équipe et de son entreprise
 - Améliorer son équilibre vie professionnelle/vie privée

Public

Managers encadrant des équipes

Chefs de projet transversaux

Méthodologie

- Formation-action : apprentissage pratique avec mise en action sur des situations réelles de travail à améliorer
- Pédagogie participative : alternance d'apports théoriques, vidéos, travaux pratiques, exercices de simulation, échanges basés sur les situations

vécues par les participants.

- Expérimentation de différentes stratégies et techniques de gestion du stress professionnel.
- Mise à disposition et entraînement à l'usage d'outils collaboratifs d'amélioration active des conditions de travail.
- Définition de pistes d'amélioration de sa propre qualité de vie au travail et accompagnement de celles de son équipe.
- Identification de situations de travail à risque ou à améliorer, analyse et mise en place d'un plan d'actions
- Renforcement du leadership par le développement des compétences de co-régulation et auto-régulation

Outils

- Outil participatif et individuel d'amélioration des situations de travail à risque et d'amélioration de la Qualité de vie au travail
- Boîte à outils pour la santé mental au travail (auto-régulation et co-régulation en contexte professionnel) – Jour 3 optionnel

Intervenants

Consultant-formateur en prévention en santé mentale – RPS – QVCT avec une double compétence en management et prévention des Risques professionnels.

Organisation

- Inter-entreprise : formation-action proposée suivant les branches professionnelles – Formation dispensée en partenariat avec la House of training
- Intra-entreprise : formation-action orientée sur mesure possible

Langues

- Français, allemand, anglais

Validation

Certification ILQVT remise à chaque manager : « Acteur de prévention en santé mentale au travail – QVCT-RPS » – Niveau Manager (pour 100% de participation au dispositif)

Passeport en prévention des risques professionnels et qualité de vie au travail » : validation des thématiques effectivement validées

Reconnaissance et communication

Certificat ILQVT de participation du/des groupes formés permettant de justifier des actions menées pour les labels ESR, Responsabilité Europe de l'INDR, des recommandations OMS 2022 en matière de santé mentale au travail, label QVCT de l'ILQVT et les autres labels le cas échéant.

Formation comptant pour le [Label ILQVT](#) remis à l'entreprise « Entreprise responsable en matière de santé mentale au travail » (pour 90% de l'entreprise effectivement formée, Direction, management, employés/ouvriers et mise en œuvre de l'amélioration continue)

Lieu

Inter-entreprise (House of training) / Intra-entreprise : nous consulter

Et après ?

Formation complémentaire recommandée

- La sensibilisation de la direction est recommandée. L'engagement de la direction auprès des équipes est nécessaire dans le cadre d'une démarche de prévention en santé mentale au travail RPS/QVCT, elle permet de poser un cadre social où la parole peut circuler.
- La [formation des équipes](#) rattachées aux managers est recommandée. L'un des facteurs de réussite de la prévention en santé mentale au travail est l'engagement et la responsabilité collective et individuelle de tous les acteurs dans l'entreprise.
- La mise en place de [réfèrent\(s\) en prévention Santé mentale au travail QVCT RPS](#) chargé(s) d'animer au quotidien la démarche de prévention en santé mentale au travail est recommandée pour assurer la pérennité et l'amélioration continue du dispositif. Une formation inter-entreprise ou intra-entreprise est disponible.
- La formation aux premiers secours en santé mentale permet de porter assistance aux personnes en détresse. Elle peut être utile à chacun dans le cadre de ses activités professionnelles et personnelles. Une formation inter-entreprise ou intra-entreprise est disponible.

Nous consulter pour construire un dispositif complet de prévention en santé mentale au travail – QVCT -RPS