

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

Introduction

La santé mentale au travail, on en parle beaucoup, mais concrètement de quoi parle-t-on ?

Quels sont les leviers d'actions organisationnels, collectif et individuels pour prévenir, protéger et accompagner ?

Véritable socle de compétences commun à tous les niveaux hiérarchiques, le certificat du dispositif « Santé mentale au travail – tous acteurs ! » permet à chacun de comprendre de quoi il s'agit, le rôle de chacun et surtout de prendre une part active pour préserver leur santé mentale, améliorer la qualité de vie et les conditions de travail dans l'entreprise.

Cette formation-action est dédiée aux managers. Elle propose à chacun dans l'entreprise de devenir « acteur de prévention en santé mentale au travail » – niveau manager

A l'issue de cette formation chaque manager aura acquis les bases prosociales et les outils pour

- faire de la prévention en santé mentale un levier de la performance managériale
- se préserver et préserver son équipe dans le quotidien professionnel
- manager avec une approche participative où chacun prend une part active et responsable dans le processus de prévention en santé mentale au travail et d'amélioration continue des conditions de travail

pour le bénéfice conjoint de toutes les parties prenantes (entreprises, clients, collaborateurs)

Allier performance opérationnelle et préserver la santé mentale de chacun : c'est possible – « Santé mentale au travail – tous acteurs ! »

Lieu

Inter-entreprise / Intra-entreprise : nous consulter

Public

Managers encadrant des équipes et chargés d'allier adaptabilité, performance et qualité de vie au travail dans leur équipe.

Objectifs

- Développer la capacité à s'appuyer sur l'amélioration continue des situations de travail pour améliorer conjointement la performance opérationnelle et la performance sociale
- Manager dans une logique de responsabilité et d'engagement des collaborateurs.
- Renforcer la capacité de résilience et d'adaptation de son équipe.
- Préserver la santé mentale au travail, la sienne et celle de ses équipes
- Développer sa propre qualité de vie au travail (agir sur ses charges mentales, physiques et émotionnelles, améliorer son équilibre vie professionnelle/vie privée),...

- Définition de pistes d'amélioration de sa propre qualité de vie au travail et accompagnement de celles de son équipe.

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 mentale au travail (auto-régulation et co-régulation en contexte professionnel)

Intervenants

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

Langues

- Français

Organisation

- Inter-entreprise : formation-action proposée suivant les branches professionnelles
- Intra-entreprise : formation-action orientée QVCT/ RPS/TMS, suivant vos besoins

Méthodologie

- 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.
- Renforcement du leadership par le développement des compétences psycho-sociales
- Mise à disposition d'outils collaboratifs d'amélioration active des conditions de travail.

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 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

- 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
 - Améliorer son équilibre vie professionnelle/vie privée

Formation complémentaire recommandée

- La sensibilisation 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.
- La formation des équipes 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.