

## OBJECTIFS

- Comprendre le cadre légal, les enjeux humains et économiques des RPS et de la QVCT
- Identifier les différents facteurs de risques psychosociaux et leurs impacts sur la santé et la performance
- Maîtriser les méthodes et outils de diagnostic, d'évaluation et de prévention des RPS
- Concevoir et animer des modules de formation adaptés aux différents acteurs de l'entreprise (salariés, managers, CSE, direction, ...)
- Savoir gérer des échanges sensibles et accompagner les apprenants dans une démarche de prévention durable

## PROGRAMME

Cadre réglementaire et enjeux :

- Rappel des obligations légales : Code du travail, accords nationaux, directives européennes
- Responsabilités de l'employeur et sanctions possibles
- Place des RPS dans le Document Unique d'Évaluation des Risques (DUERP)
- Enjeux économiques, sociaux et organisationnels de la prévention

Définition et typologie des RPS :

- Comprendre les notions : stress chronique, surcharge de travail, burn-out, harcèlement moral ou sexuel, violences internes et externes
- Facteurs organisationnels (charge, objectifs, moyens), relationnels (conflits, management), environnementaux (locaux, outils), et individuels (vécu personnel, ressources)
- Repérer les signaux faibles et indicateurs d'alerte

Conséquences des RPS :

- Impacts sur la santé physique et mentale : fatigue, troubles musculo-squelettiques secondaires, troubles anxieux et dépressifs
- Conséquences sur le climat social et la performance collective



### PUBLIC

Formateurs, managers, responsables RH/QVCT, préventeurs, membres CSE, tout salarié



### PRÉ-REQUIS

Formateurs, managers, responsables RH/QVCT, préventeurs, membres CSE, tout salarié



### DUREE

35 heures (5 jours)



### INTERVENANTS

Formateurs RPS, spécialistes QVCT, psychologues du travail



### VALIDATION

Certificat de Formateur Risques Psychosociaux / QVCT



04 76 55 60 38  
06 50 80 31 16  
06 48 08 86 08



alpesformations.fr



contact@alpesformations.fr

## Méthodologie de prévention et d'accompagnement :

- Étapes d'une démarche structurée : préparation, diagnostic, plan d'action, suivi
- Utilisation d'outils : questionnaires, entretiens, groupes de travail, observation terrain
- Analyse des causes profondes et hiérarchisation des actions à mettre en place, stratégies d'amélioration continue

## Ingénierie pédagogique spécifique RPS/QVCT :

- Traduire un diagnostic en objectifs pédagogiques pertinents
- Élaborer un déroulé pédagogique intégrant théorie, pratique et échanges
- Construire des supports adaptés aux publics variés (cadres, salariés, élus CSE)
- Intégrer des études de cas réels et des exercices de mise en situation

## Techniques d'animation et gestion de groupe :

- Méthodes pour favoriser la participation et l'engagement
- Gestion des réactions émotionnelles et des débats sensibles
- Techniques de communication bienveillante et d'écoute active
- Favoriser un climat propice à l'expression

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques illustrés par des cas concrets
- Études de situations réelles et analyse collective
- Jeux de rôle, mises en situation et simulations d'animation
- Ateliers collaboratifs et co-construction d'outils pédagogiques
- Retours d'expériences et échanges de pratiques entre participants

## MODALITÉS DE VALIDATION

- Évaluation continue sur la participation et la qualité des travaux, QCM réglementaire et technique
- Épreuve pratique : animation d'une séquence RPS/QVCT
- QCM réglementaire et technique
- Délivrance du Certificat de Formateur Risques Psychosociaux / QVCT



### PUBLIC

Formateurs, managers, responsables RH/QVCT, préventeurs, membres CSE, tout salarié



### PRÉ-REQUIS

Formateurs, managers, responsables RH/QVCT, préventeurs, membres CSE, tout salarié



### DUREE

35 heures (5 jours)



### INTERVENANTS

Formateurs RPS, spécialistes QVCT, psychologues du travail



### VALIDATION

Certificat de Formateur Risques Psychosociaux / QVCT



04 76 55 60 38  
06 50 80 31 16  
06 48 08 86 08



alpesformations.fr



contact@alpesformations.fr