

La prévention et la gestion du stress et des risques psycho-sociaux

Objectifs

- Savoir diagnostiquer les risques individuels et collectifs du stress dans son entreprise
- Développer et mettre en œuvre une politique de prévention des risques psycho-sociaux

Programme
Stress et risques psycho-sociaux au travail

- Définitions et approches diverses
- Psychologie de l'individu, du collectif
 - Facteurs psycho-sociaux : exigence, pression du temps, charge émotionnelle...
- Impact du stress sur la santé psychique et physique
- Conséquences individuelles
 - Conséquences collectives
- Conséquences économiques pour l'entreprise : arrêt de travail, présentéisme

Principaux outils et méthodes pour prévenir les risques psycho-sociaux et agir sur les conséquences

- Indicateurs : intérêt et choix d'un questionnaire adapté
- Méthodes d'audit et de bilan de stress
- Recueil et traitement des données
 - Cadre déontologique
 - Intérêt individuel, pour l'équipe et pour l'entreprise
- Plan de prévention et d'actions concertées entreprise-salariés

Rôle du manager et du responsable dans la gestion du stress des salariés

- Reconnaissance du stress par le salarié et par le manager
- Accompagnement du salarié en difficulté
- Nouvelles méthodes de gestion du stress
 - Découverte : méditation de pleine conscience, cohérence cardiaque, psychologie positive...
 - Exercices pratiques

Méthodes pédagogiques

- Etudes de cas
- Exemples
- Exercices

Public

Manager, Responsable Ressources Humaines, Dirigeant de PME

Pré-requis

Aucun



Dr. Dominique SERVANT,
 Médecin psychiatre responsable d'une consultation spécialisée sur le stress au CHU de Lille et directeur d'enseignement à la faculté de médecine.
 Coordinateur du programme de recherche Dépistress, directeur scientifique de la collection *Santé psy et travail* (éd. Elsevier Masson), le Docteur Servant a également publié plusieurs ouvrages dont « *Ne plus craquer au travail* » (éd. Odile Jacob).

INFORMATIONS PRATIQUES

A Paris :

6 décembre 2012 – Code RH04-1P
 14 juin 2013 – Code RH04-2P
 21 novembre 2013 – Code RH04-3P

A Lille :

22 novembre 2012 – Code RH04-1L
 1^{er} février 2013 – Code RH04-2L
 20 septembre 2013 – Code RH04-3L

Durée

1 jour (7h)

Tarif

550€ HT (déjeuner inclus)

Pour vous inscrire à cette formation, rendez-vous sur www.ieseg.fr/executive-education

Ce programme peut être adapté à votre entreprise.

Contact : Céline Lévy, c.levy@ieseg.fr

CONTACT

executive@ieseg.fr

Lille Tél : 03.20.29.62.27
 3 rue de la Digue – F-59000 Lille

Paris Tél : 01.55.91.98.02
 Socle de la Grande Arche – 1 Parvis de La Défense
 F-92044 Paris – La Défense cedex

Découvrez l'ensemble de notre offre sur :
www.ieseg.fr/executive-education