

LA SOUFFRANCE AU TRAVAIL

La comprendre, la diagnostiquer, la prévenir

Public concerné

- Dirigeants d'entreprises
- Responsables RH
- Encadrement

Objectifs

- ⇒ Comprendre le phénomène de souffrance au travail
- ⇒ Savoir diagnostiquer et mesurer les risques de souffrance au travail
- ⇒ Apprendre à mettre en place des mesures préventives

Méthodologie

Pédagogie active favorisant l'expression des participants et les échanges sur les expériences de chacun.

Apports théoriques par une psychologue formatrice.

Tarifs

Prix inter/ stagiaire

690 € HT

Prix intra : nous consulter

PROPULSION

ENR N° 25 50 00836 50
AUPRÈS DU PRÉFET DE LA RÉGION
BASSE NORMANDIE

1 rue de Strasbourg
50100 Cherbourg

Téléphone : 02 33 88 01 56
competences@propulsion3000.com

Contexte :

La souffrance au travail est devenue une réalité quotidienne, pouvant parfois mener jusqu'au suicide.

30% des salariés européens déclarent souffrir du stress au travail. On ne peut plus ignorer ce phénomène qui ne s'arrangera pas de lui-même. La prévention de la souffrance au travail fait aujourd'hui partie de la prévention des risques professionnels. L'entreprise par le biais de la fonction Ressources Humaines et de l'encadrement doit savoir diagnostiquer les situations à risque, mettre en place des garde-fous efficaces et une politique de prévention active afin de favoriser le maintien du bien vivre ensemble dans l'entreprise.

Durée:

2 jours

Contenu/programme

1- COMPRENDRE

Evolution du travail au cours des siècles - du stress à l'épuisement (le *burn out*) - Stratégies d'adaptation et mécanismes de défense face à la souffrance - la satisfaction des besoins fondamentaux liées au travail : illusions et désillusions - Conditions environnementales / Conditions physiques / Conditions psychologiques (représentations, croyances, attentes personnelles, interprétations)

2- DETECTER, MESURER, ANALYSER,

Analyser et Mesurer la souffrance au travail (symptômes physiques, émotionnels, intellectuels et comportementaux). Détecter quand les signaux d'alerte deviennent signaux d'alarme

3- ANTICIPER, PREVENIR en analysant les facteurs de tension d'origine externe (environnement, organisation, relation de travail) et d'origine interne (émotions et pensées négatives, sentiment de surcharge, fatigue physique et psychologique, angoisses diverses, frustrations, isolement, solitude, rupture des liens dans l'entreprise ...

Evaluer les risques d'atteinte à la santé physique et psychologique et entamer une démarche de prévention

Propulsion
Compétences