

# Gestion du Stress et Prévention des Risques Psycho-Sociaux

## **Objectifs et modalités pédagogiques**

Approche législative des risques psycho-sociaux

Approche conceptuelle du stress en situation de travail

Analyser son environnement de travail

Mesurer son rapport à l'activité / Approche par les situations pratiques

Comprendre et maîtriser les processus de souffrance au travail

Repérer les situations potentielles de souffrance ou de développement du stress

Comprendre les processus psycho-sociaux liées à l'activité de travail

Mobiliser des ressources et comportements

Développer un dialogue et une communication au sein de son service et avec ses instances

Adapter l'environnement de travail

Analyser sa pratique et s'ajuster

**Durée** : 3 jours

Module de 2 jours + 1 jour d'analyse de la pratique

## **Modalités et organisation**

Séquence en intra

Groupe de 6 à 15 personnes

**Coût de la formation** : Contactez-nous pour un devis

