Comprendre et évaluer les risques psycho-sociaux (rps) et développer le bien-être au travail

Relation, qualité et santé au travail

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 2101264F — Mise à jour : 9 décembre 2025

Organisme responsable : **AC CRH**

Présentation de la formation

Objectifs

Risques psycho-sociaux (2 jours)

Comprendre les RPS et lancer une démarche de prévention

Evaluer les RPS au sein de votre entreprise

Déterminer les leviers d'action et élaborer le plan de prévention

Mettre en place un système de veille

Agir dans le cas de situations dégradées

Bien-être au travail (1 jour)

Comprendre l'importance du bien-être au travail : enjeu de santé des salariés et de performance pour l'entreprise

Comprendre et utiliser les outils favorisant le bien-être : gestion du stress, qualité des relations d'équipes, environnement de travail

Appréhender l'aspect psychologique dans la gestion des relations

Définir le rôle et place de l'encadrement/manager dans la prévention des RPS et le développement du bien-être au travail

Programme

Séquence 1 - Jour 1

Comprendre la notion de RPS et ses enjeux

Les risques psychosociaux : de quoi parle-t-on ?

Les enjeux et conséquences des risques psychosociaux : humains, économiques et financiers (chiffres)

Cadre juridique et réglementaire des RPS

Repérer les situations de mal-être au travail : de la souffrance au burn-out

Evaluer les risques psychosociaux au sein de l'entreprise

La mise en place du comité de pilotage (COPIL)

L'élaboration d'une communication interne auprès des différents acteurs

La collecte des données disponibles

Séquence 2 - Jour 2

Analyser les risques psychosociaux au sein de l'entreprise

Le diagnostic par groupes de travail permettant d'identifier les sources des RPS

La réalisation de la cartographie des RPS

La restitution et le partage des résultats du diagnostic

Définir le plan d'actions avec le comité de pilotage

Déployer une politique de prévention des RPS

Déployer le plan d'actions

Mettre en place des groupes de travail

Organiser le suivi par le comité de pilotage

Evaluer et pérenniser la démarche

Mettre en place une veille pour anticiper et traiter les situations individuelles et/ou collectives sensibles.

Actualiser le DUERP (Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels)

Travaux pratiques : identification d'un RPS et mise en application sur le DUERP

Séquence 3 - Jour 3

Développer le bien-être au travail

Comprendre les effets du bien-être sur la santé, les performances, la créativité, les relations sociales…

Expérimenter les techniques et les outils qui renforcent les sources de bien-être (émotions positives, sentiment d'efficacité personnelle…)

Mise en situation : dialogue pour mettre en évidence : détecter et identifier les signes des RPS.

Favoriser le bien-être et la qualité de vie au travail (QVT) en tant que manager

Revisiter la posture et le comportement du manager qui favorise le bien-être

Découvrir ce qui motive réellement ses collaborateurs

Clarifier le rôle et place de l'encadrement/ manager et développer les pratiques de reconnaissance au travail

Mettre en place une politique de promotion de la QVT et du bien-être au travail

Sensibiliser l'équipe encadrante sur les bienfaits de la QVT et du bien-être au travail

Créer des supports et outils de communication adaptés

Communiquer de manière bienveillante auprès de son équipe

Comprendre les attitudes positives en matière de santé au travail

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée

Niveau CAP, BEP

Niveau de sortie

Sans niveau spécifique

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2147159S	Présentiel	Brest	05/01/2026	31/12/2027

Source : GREF Bretagne #2101264F