

Prévenez et gérez les RPS (Risques Psycho-sociaux) au sein de votre équipe

Méthode Rol'n train®

Objectifs

Déjà soumis à une foule de contraintes (délais, réglementation, ...) le manager risque de vivre les RPS (Risques Psychosociaux) comme un « casse-tête » de plus... Pourtant cet enjeu peut le conduire à exercer plus confortablement et plus efficacement son rôle managérial et à renforcer l'engagement de ses collaborateurs.

Programme (durée : 3H30 à 7H00)

1 : Gérer sa propre pression pour mieux gérer celle des autres

Mesurer le niveau et les formes de stress/pression auquel on est exposé
Exercer un filtre, ne pas répercuter à ses équipes toute la pression subie
Savoir se montrer exigeant sans « mettre la pression »

2 : Savoir détecter les risques au niveau de son équipe

Stress, tension, démotivation, burn-out ... se doter d'indicateur
Intervenir en amont pour lever les difficultés et permettre d'en parler
Sur quel levier agir pour maintenir la motivation en période de crise ?

3 : Savoir traiter les situations critiques

Savoir aborder un collaborateur « en zone de risque » ;
l'aider à exprimer ses difficultés et à clarifier faits/opinions/sentiments
Lui permettre de prendre du recul face à l'urgence et à prioriser

4 : Identifier ses marges de manœuvre pour reprendre le contrôle

Savoir alerter et interpeller un décideur pour trouver des solutions collectives
Se donner des critères d'arbitrage (volume d'activité, urgences, délais...)
Rester clairvoyant malgré la pression et garder le cap sur la valeur ajoutée

Les + de ce module

- > Co-animation complète par 2 formateurs comédiens
- > Autodiagnostic sur 4 axes pour mieux se connaître face aux RPS.
- > Chaque participant s'entraîne plusieurs fois par jour et reçoit le débriefing personnalisé des 2 intervenants.

Ce qu'ils en disent :

« Je détecte mieux les situations à risque »

« J'ai pris du recul, je suis plus à l'écoute, plus empathique »

« J'ai pris la mesure du risque RPS aux différents niveaux : entreprise/équipe/personne »

« J'ai des clés pour aborder une personne qui semble dans une mauvaise passe sans faire d'ingérence »

« J'ai des outils concrets et simples pour renforcer le bien-être dans mon équipe »

« J'ai le réflexe de solliciter des relais : RH, CSE,... pour ne pas rester seul face aux situations délicates »