



PROGRAMME DE FORMATION – Prévention des Risques Psychosociaux (RPS) – 14h

Durée totale : 14 heures sur 2 jours

1. Public concerné

- Managers, RH, CSE/CSSCT, référents sécurité, encadrants, salariés exposés aux risques.
- Aucun prérequis.



2. Objectifs généraux de la formation

Cette formation approfondie vise à permettre aux participants de :

- Identifier et comprendre les différentes formes de risques psychosociaux.
- Décrypter les mécanismes individuels, collectifs et organisationnels favorisant le stress ou les situations de souffrance.
- Repérer les signaux faibles en entreprise et adopter une posture adaptée.
- Réaliser un diagnostic RPS simple au sein d'une équipe ou d'un service.
- Construire un plan de prévention opérationnel et l'intégrer au DUERP.
- Accompagner une démarche RPS structurée au sein de l'entreprise.

3. Références réglementaires

- **Articles L4121-1 à L4121-5** : obligation générale de protection de la santé physique et mentale.
- **Article R4121-1** : obligation d'intégrer les RPS dans le DUERP.
- **Directive européenne 89/391/CEE** sur la prévention des risques.
- **Circulaire DRT 6/2002** : reconnaissance officielle des RPS.
- Recommandations INRS / ANACT / Assurance Maladie.



4. Programme détaillé – 14 heures

Jour 1 – Comprendre, identifier, analyser (7h)

1. Introduction aux RPS (1h00)

- Définition officielle des RPS.
- Les 6 familles de risques psychosociaux.
- Enjeux humains, juridiques, économiques.

2. Fonctionnement du stress et des mécanismes psychosociaux (1h30)

- Stress, charge mentale, épuisement professionnel.
- Risques suicidaires : repère et conduite à tenir.
- Émotions au travail : rôle et impact.

3. Cadre légal et responsabilités (1h00)

- Obligations de l'employeur et du CSE.
- Responsabilités civile et pénale.
- Déclarations et traçabilité.

4. Identifier les RPS dans l'entreprise (1h30)

- Signaux faibles / signaux forts.
- Indicateurs internes : indicateurs sociaux, absentéisme, conflits.
- Analyse de cas réels.

5. Méthodologie d'analyse (2h00)

- Outils : grille d'observation, questionnaire RPS, entretien.
- Analyse d'une situation complexe en sous-groupes.
- Restitution collective.

Jour 2 – Prévenir, agir, mettre en place (7h)

6. Diagnostic RPS approfondi (2h00)

- Identifier les facteurs organisationnels.
- Analyse d'un service ou d'une équipe.
- Méthode de hiérarchisation des risques.



7. Élaboration d'un plan de prévention (2h00)

- Mesures correctives / préventives.
- Actions individuelles & collectives.
- Intégration dans le DUERP (Document Unique).

8. Mise en situation (2h00)

- Jeu de rôles :
 - Entretien d'écoute active,
 - Gestion d'une situation de tension,
 - Accompagnement d'un salarié en difficulté.
- Débriefing et conseils professionnels.

9. Synthèse et plan d'action final (1h00)

- Construction d'un plan d'action RPS adapté à son entreprise.
- Remise d'un guide pratique.

5. Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques et méthodologiques.
- Jeux de rôles & mises en situation.
- Études de cas réels.
- Débats et échanges d'expériences.
- Supports numériques + livret pédagogique.

6. Évaluation des acquis

- Quiz / QCM
- Observation lors des mises en situation
- Auto-évaluation de montée en compétence

7. Validation

✓ Attestation individuelle de formation RPS