

Repérer et prévenir les risques psychosociaux (RPS) en entreprise

Formation intra-entreprise — 7 heures

Mondial Concept Solutions / Handipass — Dr Habiba Rihane, médecin MPR

Organisme de formation	Mondial Concept Solutions / Handipass — SIRET 849 825 575 00046, 393 Avenue du Prado, Bât A, 13008 Marseille
Formatrice	Dr Habiba Rihane, médecin en Médecine Physique et de Réadaptation (MPR)
Public visé	Managers, cadres, référents RH, membres du CSE, référents RPS — toute personne amenée à repérer ou prévenir des situations de risques psychosociaux
Effectif	4 à 15 participants
Durée	7 heures (1 journée)
Modalité	Présentiel, en intra-entreprise
Prérequis	Aucun prérequis technique. Une fonction d'encadrement, RH ou de représentation du personnel est un atout sans être obligatoire.

1. Contexte et enjeux

Le stress, la surcharge mentale, les tensions relationnelles et l'épuisement professionnel figurent parmi les premières causes d'arrêt de travail et de dégradation du climat social en entreprise. Le Code du travail (articles L.4121-1 à L.4121-5) impose à l'employeur une obligation de prévention de ces risques, au même titre que les risques physiques. Cette formation permet aux participants d'acquérir une grille de lecture commune pour repérer les signaux, comprendre les mécanismes en jeu, et engager les premières actions de prévention adaptées à leur périmètre.

2. Objectifs pédagogiques

Objectif général : être capable de repérer une situation de risque psychosocial, d'en comprendre les causes, et d'engager une réponse ou un signalement adapté à son rôle dans l'organisation.

- Identifier le cadre légal et réglementaire de la prévention des RPS (Code du travail, obligations de l'employeur)
- Distinguer les grandes familles de RPS : stress chronique, épuisement professionnel (burn-out), violences internes et externes, harcèlement moral et sexuel, souffrance éthique
- Repérer les facteurs de risque organisationnels, relationnels et individuels (charge de travail, autonomie, reconnaissance, rapports sociaux)
- Reconnaître les signaux d'alerte individuels et collectifs (absentéisme, turnover, conflits, isolement)
- Distinguer prévention primaire, secondaire et tertiaire, et situer son propre niveau d'action
- Adopter une posture d'écoute et d'orientation adaptée face à une personne en difficulté, sans se substituer à un professionnel de santé
- Connaître les relais internes et externes mobilisables (médecine du travail, CSE, cellule d'écoute, service RH)
- Amorcer un plan d'action de prévention adapté à son périmètre

3. Contenu et séquençement (7h)

Durée	Séquence	Contenus	Méthode
-------	----------	----------	---------

0h45	1. Ouverture et cadrage	Tour de table, recueil des attentes, présentation du cadre légal (L. 4121-1 à L.4121-5), positionnement en amont (auto-diagnostic individuel)	Échanges guidés, questionnaire
1h30	2. Comprendre les RPS	Définitions et familles de RPS (stress, burn-out, violences internes/externes, harcèlement, souffrance éthique) ; mécanismes de bascule d'une situation de tension vers un risque avéré ; facteurs de risque (charge, autonomie, rapports sociaux, conflits de valeurs, insécurité)	Apports théoriques, étude de cas
1h30	3. Repérer les signaux	Signaux individuels (isolement, irritabilité, fatigue, erreurs répétées) et collectifs (absentéisme, turnover, conflits, baisse de performance) ; grille de repérage à utiliser au quotidien	Ateliers en sous-groupes sur cas réels anonymisés
1h30	4. Poser une première réponse	Posture d'écoute active, ce qu'il faut dire et ne pas dire, limites de son rôle, quand et comment orienter vers un professionnel (médecine du travail, psychologue, cellule d'écoute) ; mises en situation	Jeux de rôle, débriefing collectif
1h00	5. Passer à l'action	Distinction prévention primaire / secondaire / tertiaire ; premiers leviers d'action mobilisables à son niveau ; construction individuelle d'un mini plan d'action	Travail individuel guidé
0h45	6. Clôture et évaluation	Synthèse collective, post-test de connaissances, évaluation à chaud, remise du kit outils (grille de repérage, fiche relais, mémo légal)	Questionnaire, échanges

4. Ce que les participants repartent avec

- Une grille de repérage des signaux RPS utilisable immédiatement dans leur environnement de travail
- Une fiche des relais internes et externes à mobiliser selon la situation
- Un mémo synthétique du cadre légal applicable à l'employeur
- Un premier plan d'action personnalisé à leur périmètre

5. Méthodes pédagogiques et moyens

- Alternance d'apports théoriques courts, d'études de cas et de mises en situation (jeux de rôle)
- Support pédagogique remis à chaque participant
- Salle équipée d'un vidéoprojecteur, fournie par le client (format intra-entreprise)
- Formatrice : Dr Habiba Rihane, seule animatrice

6. Modalités d'évaluation

- Positionnement en amont : questionnaire d'auto-évaluation des connaissances et des attentes
- Évaluation formative en cours de formation : mises en situation débriefées collectivement
- Évaluation des acquis en fin de formation : post-test de connaissances
- Évaluation de la satisfaction à chaud
- Attestation de fin de formation remise à chaque participant

7. Accessibilité et adaptation

Toute situation de handicap connue avant la session fait l'objet d'un échange préalable avec le participant afin d'adapter les modalités pédagogiques (supports, rythme, aménagement de salle). Le référent handicap déjà désigné chez Mondial Concept Solutions / Handipass est le point de contact pour toute demande d'aménagement.

8. Modalités et délais d'accès

Inscription possible jusqu'à 15 jours avant le début de la session. Le contenu peut être ajusté en amont selon le contexte et les besoins spécifiques de l'entreprise cliente (recueil des attentes).

9. Profil de la formatrice

Dr Habiba Rihane est médecin spécialisée en Médecine Physique et de Réadaptation (MPR). Sa pratique clinique quotidienne auprès de patients confrontés à des situations de vulnérabilité, de douleur chronique et de retentissement psychologique de la maladie ou du handicap constitue un socle d'expérience directement mobilisable sur la compréhension des mécanismes de souffrance au travail et des postures d'accompagnement adaptées.

10. Traçabilité

Feuille d'émargement signée par demi-journée, attestation de fin de formation, certificat de réalisation, questionnaires de positionnement et de satisfaction conservés dans le dossier de formation conformément aux exigences Qualiopi.

11. Références réglementaires

Code du travail, articles L.4121-1 à L.4121-5 (obligation de sécurité de l'employeur, prévention des risques professionnels y compris psychosociaux) — Référentiel de prévention des RPS de l'Assurance Maladie – Risques Professionnels / INRS — Repères méthodologiques ANACT sur la qualité de vie et des conditions de travail (QVCT).