HÉLÈNE HERVIEU
COACHING

CONFÉRENCE · DEMI-JOURNÉE · JOURNÉE

QVCT · PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Risques psychosociaux : des équipes en forme, une performance qui dure

Donner aux managers les réflexes pour repérer, dialoguer et agir à temps

En entreprise, le mal-être ne s'annonce pas. Il se devine.

La charge qui déborde : urgences en cascade, délais intenables, les soirées grignotées.

Le collaborateur qui change : il se tait en réunion, vérifie tout trois fois, part de plus en plus tard.

Les tensions qui s'installent : remarques devant les collègues, mise à l'écart, conflits qui couvent.

Le manager démuni : « Est-ce grave ? Est-ce mon rôle ? Que dire ? »

LA PROMESSE

Le manager n'a pas à tout résoudre. **Il doit savoir voir, oser en parler et orienter.**

Une grille de repérage, une posture d'écoute et des réflexes clairs pour agir tôt, dans le cadre de son rôle.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

01 Comprendre les RPS et leurs effets sur la santé et la performance

02 Identifier les facteurs de risque dans son environnement

03 Repérer les signaux d'une situation de travail dégradée

04 Agir, orienter et mobiliser les bons acteurs

PROGRAMME

01 Comprendre les RPS

Stress, violences internes et externes : ce que recouvrent vraiment les RPS. Le déséquilibre contraintes / ressources. Quiz : 10 idées reçues.

02 Identifier les facteurs de risque

Les 7 familles de facteurs (INRS) : intensité du travail, exigences émotionnelles, autonomie, rapports sociaux, conflits de valeurs… Les chiffres clés.

03 Repérer les signaux d'alerte

Signaux émotionnels, physiques, désengagement, absences répétées. Étude de cas : « ce n'est jamais assez ».

04 Situer son rôle de manager

Détecter, signaler, agir, orienter. Le cadre légal et le harcèlement moral et sexuel : ce qui en relève, ce qui n'en relève pas. Les acteurs de la prévention.

05 Agir concrètement

Conduire l'entretien avec un collaborateur en difficulté, en 6 étapes. L'écoute active (DQER) : disponibilité, empathie, questionner, reformuler.

Chacun repart avec

Une grille de repérage des signaux, une trame d'entretien prête à l'emploi et son plan d'actions pour son équipe.

FORMAT CONFÉRENCE

Sensibiliser

- Quiz vrai/faux pour déconstruire les idées reçues
- Les clés essentielles des 5 modules
- Le rôle du manager en 4 réflexes
- Idéal pour un large groupe

FORMAT DEMI-JOURNÉE

S'approprier

- Jeu des 7 familles de facteurs de risque
- Étude de cas : repérer les signaux
- Entraînement à l'écoute active (DQER)
- Groupe restreint pour un vrai travail de fond

FORMAT JOURNÉE

Ancrer durablement

- Les 5 modules approfondis
- Cadre juridique et harcèlement : savoir qualifier une situation
- Mises en situation d'entretien sur vos cas réels
- Plan d'actions individuel et pistes d'action collectives

MODALITÉS PRATIQUES

Public	Managers, encadrants, RH, sans prérequis	**Sur mesure**	Cadrage préalable, exemples issus de votre entreprise	**Lieu**	Dans vos locaux ou à distance, quel que soit le format
Méthode	Apports courts, quiz, études de cas, mises en situation	**Suivi**	Évaluation à chaud et à froid avec RH, supports remis	**Handicap**	Accueil et moyens pédagogiques adaptés



VOTRE FORMATRICE

Hélène Hervieu

Coach professionnelle certifiée RNCP · Formatrice en gestion du stress, communication et RPS

Joueuse de tennis en compétition depuis 25 ans, puis biochimiste et manager pendant 18 ans chez Pierre Fabre, Hélène connaît la pression de la performance de l'intérieur. Depuis 2018, elle accompagne dirigeants, managers et équipes sur le stress, les RPS et les relations sensibles. Certifiée PSSM (Premiers secours en santé mentale), DISC et CNV.

+1 000 h de formation animées

+400 personnes accompagnées en coaching

« Nous sommes tous les sportifs de haut niveau de notre propre vie. »

Programme adaptable à votre entreprise · Parlons-en

06 60 81 34 01 · helene.hervieu75@gmail.com
www.helene-hervieu-coaching.com · 91 Grande Rue, 92310 Sèvres