

# Chaîne immersive - Risques Psychosociaux

by Reality Academy

Cours pratique - 0,5j - 01h40 - Réf. 8RP

Prix : 95 CHF H.T.

Déetectez les situations à risque grâce à des mises en situation à 360° dans le quotidien de collaborateurs confrontés à ces situations. Prévenez les problèmes majeurs en sensibilisant vos collaborateurs à ces problématiques. Faite la promotion d'une culture d'entreprise basée sur le respect, la tolérance et l'inclusion au travers d'une formation émotionnelle et impactante.

## Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera en mesure de :

- ✓ Identifier les différents types de Risques Psychosociaux (RPS) et distinguer les violences internes et externes au sein de l'entreprise.
- ✓ Déetecter les signaux d'alerte et analyser les facteurs pouvant conduire à une dégradation de la santé physique et mentale.
- ✓ Repérer les signes d'addiction en milieu professionnel et mettre en œuvre une posture adaptée pour accompagner le collaborateur concerné.
- ✓ Appliquer les bonnes pratiques de prévention des RPS et contribuer au maintien du bien-être au travail.
- ✓ Adopter une posture managériale bienveillante et agir en tant que manager-acteur de la prévention des risques psychosociaux dans son équipe.

## PARTICIPANTS

### PRÉREQUIS

### COMPÉTENCES DU FORMATEUR

Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées. Ils ont été validés par nos équipes pédagogiques tant sur le plan des connaissances métiers que sur celui de la pédagogie, et ce pour chaque cours qu'ils enseignent. Ils ont au minimum cinq à dix années d'expérience dans leur domaine et occupent ou ont occupé des postes à responsabilité en entreprise.

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

### MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisés sont principalement : aides audiovisuelles, documentation et support de cours, exercices pratiques d'application et corrigés des exercices pour les formations pratiques, études de cas ou présentation de cas réels pour les séminaires de formation.
- À l'issue de chaque formation ou séminaire, ORSYS fournit aux participants un questionnaire d'évaluation du cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.
- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de fin de formation si le participant a bien assisté à la totalité de la session.

## Méthodes et moyens pédagogiques

### Activités digitales

Les formations By Reality Academy sont immersives et interactives. L'apprentissage par la pratique est un outil de montée en compétences puissant : En immersion dans une classe virtuelle, l'apprenant sélectionne sa formation et plonge dans le scénario. Il vit une situation, prend une décision à la 1ère personne et en vit les conséquences directes.

### Tutorat

L'option tutorat propose un accompagnement personnalisé par un formateur référent ORSYS, expert du domaine. Adapté aux besoins, aux capacités et au rythme de chaque apprenant, ce tutorat combine un suivi asynchrone (corrections personnalisées d'exercices, échanges illimités par message...) et des échanges synchrones individuels. Bénéfice : une meilleure compréhension, le développement des compétences et un engagement durable dans la formation.

### Pédagogie et pratique

Bénéficiez des conseils et des retours d'expériences des meilleurs experts. Découvrez leurs astuces et les raisons de leurs succès au travers de témoignages concrets. Les apprenants participent à un exercice de découverte active pour compléter et/ou renforcer les apports notionnels de l'expert et bénéficier d'un retour adapté en fonction de leur réponse. Durant chaque cours, découvrez des cas opérationnels réalisés par des experts pour aider les apprenants à mettre en pratique ce qu'ils viennent d'apprendre. Retrouvez une fiche synthèse complète et efficace ! Chaque apprenant pourra conserver une trace écrite de ce qu'il a appris et des conseils qu'il a reçus.

## Programme de la formation

### 1 Les fondamentaux des risques psycho-sociaux

#### Activités digitales

Enjeu : Le stress, les incivilités et le harcèlement au travail impactent la santé des salariés et la performance de l'entreprise. Identifier et prévenir les RPS est essentiel pour garantir un environnement professionnel sain et sécurisé. Ce que je vis : En immersion, vous êtes confronté à des situations de stress, d'incivilités ou de harcèlement. Vous apprenez à identifier les risques et découvrez les actions à mettre en place pour les prévenir.

### 2 Prendre soin de sa santé mentale

#### Activités digitales

"Enjeu : La santé mentale évolue selon les facteurs extérieurs et les ressources individuelles, comme la gestion du stress ou la reconnaissance des émotions. Repérer les signaux d'alerte et adopter des routines adaptées préserve l'équilibre psychologique et le bien-être au travail. Ce que je vis : En immersion, identifiez les signaux d'alerte d'une santé mentale fragilisée, affrontez le perfectionnisme et le surinvestissement, et prévenez l'épuisement professionnel avec des outils et routines adaptés.

### MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription doit être finalisée 24 heures avant le début de la formation.

### ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Pour toute question ou besoin relatif à l'accessibilité, vous pouvez joindre notre équipe PSH par e-mail à l'adresse psh-accueil@orsys.fr.

### 3 Prévenir l'addiction

#### Activités digitales

Enjeu : Les addictions, liées aux substances ou aux comportements, peuvent découler des risques psychosociaux et impacter gravement vie personnelle et professionnelle. Identifier les signes précurseurs et adopter des pratiques préventives est essentiel pour préserver santé et équilibre. Ce que je vis : En immersion, vous êtes confronté à des situations de stress, d'incivilités ou de harcèlement. Vous apprenez à identifier les risques et découvrez les actions à mettre en place pour les prévenir.

### 4 Management des RPS

#### Activités digitales

Enjeu : Le manager joue un rôle clé dans la détection et la prévention des RPS. Être capable d'identifier les signaux de mal-être et d'agir efficacement permet de préserver la motivation et l'engagement des équipes. Ce que je vis : Dans la peau d'un manager, vous êtes confronté à des situations de mal-être dans votre équipe. Vous apprenez à détecter les signaux faibles, à dialoguer avec un salarié fragilisé et à instaurer un climat de travail bienveillant.