

Prévention du stress lié aux conditions de travail

Responsables: Virginie Halley des Fontaines (UPMC), Pierre-Henri Tavoillot (Paris IV- Sorbonne)

Public et prérequis

- Personnels en relation avec des usagers.
- Personnels animant des équipes.
- Responsable RH / Responsable Prévention
- Assistant(e) social / Psychologue du Travail
- Membre du CHSCT
- Médecin du Travail, Infirmier(e) du Travail

Objectifs

Pourquoi parle-t-on aujourd'hui du stress au travail, de quoi parle-t-on quand on évoque le stress ? Pourquoi la question est-elle tant d'actualité ?

Objectifs opérationnels :

- Identifier les situations de vulnérabilité.
- En période de tension, savoir reconnaître les seuils de crise et être capable d'orienter vers des issues individuelles et collectives.
- Mettre en œuvre les stratégies et les moyens de prévention des risques psychosociaux au sein d'une organisation professionnelle.
- Proposer différentes approches pour prévenir les situations stressantes.

Contenus

1- 1/2 journée :

- La représentation du travail dans nos sociétés occidentales, effacement des référents éthiques traditionnels, l'homme contemporain, le bon et mauvais stress.
- Privilégier l'approche préventive.
- Ancrage du concept de stress.
- Les mécanismes du stress / comment les désamorcer : conséquences et enjeu.

2- 1 journée

- Les risques psychosociaux recouvrent des risques professionnels d'origine et de nature variées mettant en jeu l'intégrité physique (maladies psychosomatiques, troubles du sommeil, fatigue chronique et troubles musculo-squelettiques) et la santé mentale (stress, violences, souffrance psychique).
- Evaluer les attentes et sensibiliser le personnel.
- Etablir un diagnostic d'évaluation du stress.

3- 1/2 journée :

- Stress et organisation : quand l'entreprise produit du stress. Le rôle des RH et de la Médecine du travail : comment construire des relations de partenariat privilégiées ?
- Présentation de situations de crise (individuelles, collectives)
- Synthèse et pistes de réflexion

Contact Pédagogique

Dr Virginie Halley des Fontaines – 01 58 41 24 01
email : virginie.halley_des_fontaines@upmc.fr

Pierre-Henri Tavoillot
pierre-henri.tavoillot@paris-sorbonne.fr

À l'issue de la formation, les participants seront capables :

- Comprendre le phénomène de stress au travail ;
- Développer des compétences personnelles pour gérer son propre stress ;
- Connaître les leviers d'action individuels et collectifs pour agir.

La Sorbonne et l'UPMC mettent en commun leurs compétences :

- Echange sur les concepts philosophiques et juridiques, perception des interactions entre santé publique et santé privée.

et leurs outils pédagogiques :

- Pratique de jeux de rôles à partir de situations réelles ou construites ;
- Travail en sous-groupes pour élaborer des plans d'action au cours de la formation ;
- Quizz avec l'outil power vote.

Organisation

Durée et rythme de la formation :

Stage de 2 jours répartis sur 3 jours non consécutifs.

Nombre de participants : minimum 6 – maxi 20.

Calendrier

14/10/14, 17/11/14 après-midi et
18/11/14 toute la journée

Possibilité de sessions sur demande.

Validation

Attestation de stage.

Tarif

1050 €

(Individuels et demandeurs d'emploi, nous consulter).

Mots-clés : stress, santé au travail, conduites addictives, souffrance au travail, formation.

Contact Administratif

Formation continue -Secteur médecine - 01 44 27 82 82
email : fmedecine@upmc.fr

Accueil : campus Jussieu – 4, place Jussieu –
75005 Paris – Tour 14/24 – 5^{ème} étage