

# Module 1 - Comprendre les Risques Psycho-Sociaux en e-learning

## OBJECTIF(S)

- Être capable de comprendre les différentes thématiques qui composent les Risques Psycho-Sociaux

## PUBLIC CONCERNÉ

- Tout acteur de la prévention dans son entreprise (Managers - DRH - Responsables RH - Membres de la direction - Directeurs d'établissement - Membres de CSE - Chefs d'entreprise de TPE et PME)

## PRÉ-REQUIS

- Avoir un ordinateur pour la formation (un ordinateur par stagiaire)
- Avoir une bonne maîtrise de l'outil informatique



Formation à distance



false mini /false maxi



3.00 heures

## LES PLUS

Nous sommes certifiés QUALIOP1 ; Ce module est le premier du PAC RPS qui se compose de 4 modules de formation, offrant une approche globale des RPS. Il est le prérequis logique au module 2. Concepteur des modules formé par la CASAT BFC.



L'équipe pédagogique d'Hygéea



Évaluation de positionnement  
Évaluation formative  
Évaluation des acquis



Attestation de formation

# PROGRAMME

- INTRODUCTION
  - Présentation de la formation
  - Questionnaire de positionnement
  - Correction du questionnaire
  - Présentation des RPS
- LE STRESS
  - Définition du stress
  - Le syndrome général d'adaptation
  - Les messages contraignants
  - EXERCICE 1 "Quel stresser êtes-vous pour vous-même ?"
  - Quiz 1
- LES VIOLENCES INTERNES
  - Le harcèlement moral
  - Le harcèlement sexuel
  - Le sexisme
  - Le harcèlement d'ambiance
  - Le management toxique
  - Quiz 2
- LES VIOLENCES EXTERNES
  - Les violences externes
  - Quiz 3
- LES ÉPUISEMENTS PROFESSIONNELS
  - Le Burn-out
  - La mécanique Burn-out
  - Le jour où tout bascule
  - Le Bore-out
  - Le Brown-out
  - Quiz 4
- CONCLUSION
  - Évaluation des acquis
  - Évaluation à chaud de la formation

## MÉTHODE(S) PÉDAGOGIQUE(S)

- Apport théorique
- Exercices pratiques
- Quiz
- Vidéos

## TAUX DE SATISFACTION DU MODULE