

ETRE RÉFÉRENT QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL

Rôle et posture des «bienveillants» en entreprise

PROGRAMME

Rappel sur le rôle des référents en qualité de vie au travail

- Notion de qualité de vie et de bien-être au travail
- Principaux leviers de la QVT
- Missions possibles
- Qualités et postures
- Moyens mis à disposition
- Travailler avec les autres acteurs de la prévention

Repérer et analyser les situations à risques pour agir avec efficacité

- Le stress
- Notion de mal-être au travail
- La violence au travail
- Le harcèlement
- Le burn-out
- Le changement et les deuils professionnels
- Les impacts de la pandémie sur la QVT
- Les risques liés à l'hyper-connexion
- Repérer les facteurs de tension et analyser les problématiques des services, méthodologie
- Agir en synergie avec son réseau
- Analyses de cas concrets

Etre un bon interlocuteur pour les personnes en mal-être

- Repérer les signes de mal-être :
 - émotionnels
 - physiques
 - intellectuels
 - comportementaux
- Accueillir les émotions
- Faciliter la prise de recul
- Techniques d'entretien, conseils, pièges à éviter
- Adopter la bonne posture, neutre et bienveillante
- Respecter la confidentialité des informations recueillies et prendre du recul pour les analyser
- Respecter les limites de son rôle, savoir orienter
- Mise en situation

Améliorer les relations en régulant les conflits (techniques de médiation)

- Le conflit :
 - mécanismes et phases des comportements agressifs
 - se protéger et faire baisser la tension
 - savoir analyser une situation conflictuelle
 - la communication responsable
 - exercice pratique
- Utiliser la médiation :
 - quand proposer une médiation
 - déroulé d'une médiation
 - principaux outils d'une médiation
- Contribuer au développement de relations positives dans l'entreprise
 - comprendre la place des émotions au travail
 - réguler les tensions pour prévenir les conflits
 - promouvoir le lien et le soutien pour favoriser l'engagement des collaborateurs
 - encourager l'assertivité

Être acteur de la qualité de vie au travail

- Connaître les principaux leviers de la QVT
- Recueillir les suggestions d'amélioration des salariés et les faire remonter
- Repérer les bonnes pratiques mises en place dans certains services et proposer de les démultiplier
- Exemple de bonnes pratiques favorisant le développement du bien-être
- Travailler sa communication interne pour avoir une action efficace

• INTER • INTRA • SUR-MESURE

DATES

- 02 au 03 novembre 2021
- 30 au 31 mars 2022
- 14 au 15 novembre 2022

ESPACE DE FORMATION

Paris-Montparnasse

DURÉE
2 jours

1650 € ht
repas inclus

RÉF. ETRE

OBJECTIF

Etre un acteur de la qualité de vie dans l'entreprise en agissant face aux situations à risques et en étant force de proposition

COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Connaître les fondamentaux en matière de qualité de vie au travail et de RPS
- Repérer une situation à risque et l'analyser
- Adopter la bonne posture d'écoute face à un collègue en mal-être
- Appréhender les impacts de la pandémie COVID-19 sur la QVT
- Cerner les limites et les enjeux de son rôle
- Travailler efficacement avec les autres acteurs de la QVT de l'entreprise
- Savoir comment intervenir dans un conflit
- Se positionner en acteur du bien-être au travail

PUBLIC CONCERNÉ

- Référent QVT, Santé
- Infirmière du travail
- Assistante sociale,
- Préventeur
- RRH

Référent santé
au travail

Formation animée par :
**CAROLINE
MOYAT AYCOBERRY**



- Sophrologue, relaxologue
- Spécialisée sur les questions de santé au travail
- Consultante en RPS, QVT et techniques de médiation
- Juriste en droit du travail

"Je vous propose une approche complète de la qualité de vie au travail sous l'angle de l'entreprise et de l'individu. J'utilise une méthode d'animation participative, avec des études de cas, des temps de réflexion et des mises en situation."

Caroline MOYAT AYCOBERRY

PRÉ-REQUIS

Aucun

LES + DE VOTRE FORMATION C3S

Votre SUIVI PÉDAGOGIQUE

Votre conseillère pédagogique vous aide à définir votre projet, vous accompagne dans votre démarche, assure le suivi des questions et le lien avec le formateur. Suite à la formation, vous avez accès à la validation de vos acquis en ligne.

Votre FORMATION

Votre consultante vous propose un style d'animation résolument tourné vers l'échange. Elle offre un temps de réflexion active et apporte des exemples concrets d'actions favorisant la Qualité de Vie au Travail.

Votre SUPPORT DE FORMATION

Vous bénéficiez d'un support de formation extrêmement complet reprenant les qualités et les postures indispensables au référent QVT.

ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE



Envie d'aller plus loin ? Retrouvez ci-dessous, une sélection de formations complémentaires à la formation "Être référent qualité de vie au travail". Vous avez également la possibilité de composer votre propre itinéraire pédagogique avec les formations de votre choix.

Être référent qualité de vie au travail



Construire et pérenniser une démarche QVT



La qualité de vie se joue sur 24 heures



-8% *

* Inscrivez-vous à 3 formations et obtenez une remise de 8%