Harmonies Professionnelles

Programme Formation Management et santé mentale au travail : comprendre, repérer, agir

Version 1 du 01/09/2025

Public visé :

Dirigeants, managers et responsables d'équipe, responsables des ressources humaines, membres du CSE, toute personne qui s'intéresse à la santé mentale au travail.

Pré requis : Avoir un ordinateur

Objectif(s) pédagogique (s)

Savoirs :

- Connaître les fondamentaux de la santé mentale au travail.
- Identifier les principaux facteurs de la santé mentale au travail.
- Comprendre le processus de la souffrance et les maladies au travail.

Savoir-faire :

- Repérer les pratiques pathogènes au travail.
- Repérer les les risques psychosociaux en entreprise et les prévenir.
- Savoir utiliser les grilles de repérage des pratiques pathogènes.

Durant la formation, le stagiaire apprendra :

- À analyser la différence entre le travail prescrit et travail réel afin de préserver la santé mentale au travail.
- À utiliser les principales notions afin de prévenir les risques pour la santé mentale au travail.
- À mobiliser le cadre législatif dans une démarche de prévention de la santé mentale en entreprise.

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Communiquer sur les enjeux de la santé mentale au travail et le rôle de la prévention.
- Mettre en place une démarche de prévention de la santé mentale en entreprise en utilisant des outils adaptés.
- Utiliser les grilles et outils (DUERP, PAPRIPACT) de la prévention en santé mentale au travail dans une démarche collective.

Durée et modalité d'organisation :

- Horaires : 9h00-12h00 / 13h00-17h00 : 7h de formation
- Durée : 1 jour soit 7h de formation
- Organisation : en présentiel
- Taille du groupe : de 3 à 20 personnes

Lieu :

En intra-entreprise, les formations se déroulent chez le client, dans une salle de réunion répondant aux normes ERP en vigueur (Établissements Recevant du Public).

En inter-entreprise, le lieu est communiqué préalablement à la session et indiqué lors de l'inscription.

Accessibilité :

Pour toute situation de handicap merci de nous contacter pour envisager la faisabilité.

Nous nous engageons à analyser les aménagements possibles suivant la formation choisie. Les solutions sont aménagées au cas par cas, notamment :

- Tiers-temps ;
- Choix de la modalité en présentiel ou distanciel selon les besoins de la personne.

Les aménagements n'auront pas pour but de modifier le contenu des épreuves d'évaluation et garantiront le maintien du niveau de maîtrise des compétences requis.

Délai d'accès :

Le bénéficiaire doit retourner tous les documents 5 jours avant le début de la formation

Tarifs INTRER :

219€ net, TVA non applicable, article 293 B du CGI (hors frais de transport, de restauration et d'hébergement)

Tarifs INTRA :

1250€ net, TVA non applicable, article 293 B du CGI (hors frais de transport, de restauration et d'hébergement)

Financements :

Financement individuel

Sur le plan de développement des compétences de l'entreprise

Prise en charge possible par l'entreprise ou par l'OPCO (signature d'une convention, facturation et règlement en fin de formation).

Déroulé / contenu de la formation :

Intitulé de la formation :	**Management et santé mentale au travail :** **comprendre, repérer, agir**
Durée de la formation :	1 jour de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00 : 7h de formation au total
Présentation globale de la formation :	Cette formation d'une journée s'adresse aux dirigeants, managers, responsables d'équipe, responsables des ressources humaines, membres du CSE et à toute personne qui souhaite développer un management respectueux et protecteur de la santé mentale. L'enjeu est double : Mieux comprendre les fondamentaux de la santé mentale au travail et les mécanismes de la souffrance professionnelle. Savoir agir concrètement pour prévenir les risques et soutenir les équipes, grâce à une approche à la fois théorique et pratique**.**
Objectifs et compétences visées :	Communiquer sur les enjeux de la santé mentale au travail et le rôle de la prévention.
	Analyser la différence entre le travail prescrit et travail réel afin de préserver la santé mentale au travail.
	Utiliser les principales notions afin de prévenir les risques pour la santé mentale au travail.
	Mobiliser le cadre législatif dans une démarche de prévention de la santé mentale en entreprise.
	Mettre en place une démarche de prévention de la santé mentale en entreprise en utilisant des outils adaptés.
	Utiliser les grilles et outils (DUERP, PAPRIPACT) de la prévention en santé mentale au travail dans une démarche collective.
Niveau pré requis des stagiaires :	Avoir un ordinateur

Séquence (par demi-journée)	Contenu détaillé	Durée en heures	Méthode pédagogique utilisée	Outils et supports	Organisation pédagogique	Objectif de la séquence
	9h00 - 9h30 : Accueil des participants et présentation de la formation ● Identifier les attentes. ● Situer les connaissances initiales. **9h30 - 10h45 :** Module 1 – Comprendre la santé mentale au travail ● Présentation de la définition de la santé mentale selon l'OMS et distinction santé mentale / troubles psychiques. ● Présentation de la souffrance au travail ● Présentation des maladies du travail et	3	Apports théoriques, participation active des	Ordinateur, vidéoprojecteur, supports pdf, supports papier,	Salle de formation	Connaître les fondamentaux de la santé mentale au travail. Identifier les principaux facteurs de la santé mentale au travail. Comprendre le processus de la souffrance et les maladies du travail. +

Matin	leurs symptômes **10h45 – 11h : Pause** **10h45 – 12h30 :** Module 2 – Repérer les pratiques pathogènes ● Présentation des pratiques pathogènes au travail. ● Présentation des des Risques Psychosociaux. ● Présentation des grilles de repérage des pratiques pathogènes . **12h30 – 13h30 : Pause déjeuner**		participants, exercices pratiques,	stylos, jeux de cartes des pratiques pathogènes au travail		Repérer les pratiques pathogènes au travail. Repérer les les risques psychosociaux en entreprise. Savoir utiliser les grilles de repérage des pratiques pathogènes
Après-midi	**13h30 – 15h :** Module 3 – Construire une culture de prévention ● Analyser la différence entre le travail prescrit et travail réel afin de préserver la santé mentale au travail. ● Utiliser les principales notions de la prévention en entreprise. ● Mobiliser le cadre législatif de la prévention en entreprise. **15h00 – 15h15 : Pause** **15h15 – 16h30 :** Atelier pratique – Agir en tant que manageur ● Elaborer un plan de communication mobilisateur sur les enjeux de la santé mentale au travail. ● Elaborer une démarche de prévention adaptée à la situation de l'entreprise. ● Utiliser les grilles et outils (DUERP, PAPRIPACT) de la prévention en santé mentale au travail dans une démarche collective. **16h30 – 17h00 :** Synthèse et clôture de la formation ● Retour sur les principaux apprentissages	4	Apports théoriques, participation active des participants, exercices pratiques,	Ordinateur, vidéoprojecteur, supports pdf, supports papier, stylos	Salle de formation	Analyser la différence entre le travail prescrit et travail réel afin de préserver la santé mentale au travail. Utiliser les principales notions afin de prévenir les risques pour la santé mentale au travail. Mobiliser le cadre législatif dans une démarche de prévention de la santé mentale en entreprise. + Communiquer sur les enjeux de la santé mentale au travail et le rôle de la prévention. Mettre en place une démarche de prévention de la santé mentale en entreprise en utilisant des outils adaptés. Utiliser les grilles et outils (DUERP,

	• Conseils pour la mise en pratique dans le cadre professionnel • Évaluation de la formation et remise des attestations de fin de formation					PAPRIPACT) de la prévention en santé mentale au travail dans une démarche collective.

Moyen d'encadrement : (Formateur) :

Le formateur, **Daniel Blaj**, est un psychologue du travail expérimenté, **spécialisé en gestion des compétences et en prévention des risques psychosociaux**. Diplômé du **CNAM** en psychologie du travail, il maîtrise les techniques d'entretien systémique, ainsi que la psychométrie et les bilans d'orientation professionnelle. Son expertise en gestion des talents et des carrières est renforcée par son expérience en **formation des adultes** et son enregistrement en tant qu'**IPRP** (Intervenant en prévention des risques professionnels) auprès de la DREETS. Son approche pédagogique repose sur une méthode interactive, combinant théorie et pratique, pour accompagner efficacement les participants dans l'acquisition des compétences liées aux entretiens professionnels et à la gestion des carrières.

Le formateur est disponible à l'adresse suivante : daniel@harmonies-professionnelles.fr

Délai de réponse de 48h

Méthodes mobilisées : (Moyens pédagogiques et techniques)

Moyens techniques :

- Salle de formation, ordinateur, vidéoprojecteur, supports pdf, jeux de cartes, supports papier, stylos, extraits vidéo

Moyens pédagogiques :

- Face à face pédagogique avec le formateur
- Répartition pédagogique : 70% de théorie et 30% de pratique
- Participation active du participant, cas pratiques et exercices pratiques

Ressources pédagogiques :

Les ressources pédagogiques sont données au stagiaire via le site https://harmonies-professionnelles-formation.fr après appropriation pédagogique à l'aide du formateur.

Modalités de suivi et d'évaluation :

Modalité de suivi :

- Feuilles d'émargement par demi-journées

Modalité d'évaluation :

Avant la formation : Test de positionnement sous forme de QCM pour tester ses connaissances

Pendant la formation : Évaluation à chaud sous forme de

QCM pour voir l'évolution des acquis pour l'apprenant

Après la formation : Évaluation à froid sous forme d'entretien téléphonique

Réussite si plus de 60% de réponses correctes à l'évaluation à chaud

Une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de la formation, ainsi que l'évaluation des acquis sera remise à chaque stagiaire

Date de la formation

Bon pour accord le

signature/cachet de l'entreprise