RH POUR MANAGERS

Risques psychosociaux : repérer les signaux, réguler et alerter à temps

Un collaborateur s'isole et multiplie les erreurs inhabituelles. Un autre reste tard tous les soirs et refuse toute aide. Les arrêts courts se répètent dans le service. Le manager voit ces signaux mais ne sait ni comment en parler ni jusqu'où il peut aller sans sortir de son rôle. Deux jours pour agir sur ce qui relève de votre responsabilité de manager. Vous apprenez à repérer les signaux d'alerte individuels et collectifs. Vous travaillez les facteurs de risque que votre organisation du travail peut faire évoluer comme la charge ou l'autonomie. Vous préparez les entretiens délicats et vous identifiez quand passer le relais.

DURÉE	MODALITÉ	TARIF	DÉLAI D'ACCÈS
2 jours — 14 h	**Présentiel ou à distance**	**À partir de 1 590 € HT**	**11 jours ouvrés après validation du financement.**

Mon Pôle Formation est un organisme certifié Qualiopi. La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : **ACTIONS DE FORMATION** — certificat n° 76 31 02622 31 (SGS ICS)

01 Public visé et prérequis

PUBLIC VISÉ
Managers de proximité responsables d'équipe et chefs de service en charge de collaborateurs au quotidien.

PRÉREQUIS
Exercer une responsabilité d'encadrement direct.

POSITIONNEMENT À L'ENTRÉE
Analyse du besoin et test de positionnement. Vos réponses sont partagées avec votre formateur afin d'adapter la formation à votre niveau et votre contexte professionnel.

02 Objectifs pédagogiques

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

- Repérer les signaux individuels et collectifs qui appellent une vigilance particulière
- Analyser les facteurs liés à l'organisation du travail sur lesquels le manager peut agir
- Conduire un entretien avec un collaborateur en difficulté sans poser de diagnostic
- Réguler la charge de travail et les exigences d'un poste exposé
- Transmettre une alerte aux interlocuteurs compétents dans un cadre approprié

03 Programme détaillé

M1 Ce que recouvrent les risques psychosociaux

- Des mots précis sur des situations floues
- Distinction entre pression ponctuelle tension durable et situation de souffrance
- Facteurs liés à la charge à l'autonomie aux relations et à la reconnaissance
- Effets observables sur le travail et sur le fonctionnement de l'équipe
- Place du manager parmi les acteurs de la prévention
- À retenir : Le manager agit sur les conditions de travail qu'il organise et non sur l'état de santé de ses collaborateurs.

M2 Repérer les signaux dans son équipe

- Observer sans interpréter
- Changements de comportement de rythme et de qualité du travail
- Signaux collectifs comme les départs les tensions répétées ou le silence en réunion
- Différence entre un fait observé et une interprétation
- Traçabilité de ce qui est constaté
- Cas pratique : Les participants analysent trois situations d'équipe et séparent les faits observables des hypothèses qu'ils formulent.

M3 Parler avec un collaborateur en difficulté

- Un entretien utile et tenable
- Choix du moment du lieu et de la formulation d'ouverture
- Description des faits sans jugement ni diagnostic
- Écoute d'une parole difficile et gestion de ses propres réactions
- Ce qui peut être proposé et ce qui doit être orienté ailleurs
- Mise en situation : Chaque participant mène un entretien avec un collaborateur qui minimise sa situation puis reçoit un retour du groupe.

M4 Agir sur l'organisation et passer le relais

- De l'alerte à l'action durable
- Régulation de la charge des délais et des priorités contradictoires
- Reprise après une absence longue ou un événement difficile
- Formulation d'une alerte auprès des interlocuteurs compétents
- Suivi dans le temps des mesures décidées
- Atelier : Chaque participant formalise un plan d'action sur une situation réelle en distinguant ce qu'il décide seul et ce qu'il transmet.

04 Modalités pédagogiques, méthodes et moyens

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
Présentiel ou à distance

LIEU / FORMAT
Dans vos locaux — jusqu'à 10 collaborateurs, Paris — Présentiel, À distance — Classe virtuelle

MÉTHODES MOBILISÉES
• Apports théoriques, ateliers et cas pratiques. Support de cours numérique et fiches méthodes fournis.

ENCADREMENT
Formateurs qualifiés et expérimentés, experts de leur domaine, sélectionnés par Mon Pôle Formation.

05 Modalités d'évaluation et de suivi

ÉVALUATION DES ACQUIS
• QCM et mises en situation. Évaluation des acquis en début et en fin de parcours, évaluation à chaud et à froid à 60 jours.

SUIVI DE L'EXÉCUTION
• Émargement des participants
• Certificat de réalisation remis à l'issue de la formation

SANCTION DE LA FORMATION
Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

06 Type de reconnaissance

Formation non certifiante — Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

07 Modalités d'accès, financement et tarifs

MODALITÉS D'INSCRIPTION
Inscription en ligne, par téléphone, par devis ou via votre OPCO.

DÉLAI D'ACCÈS
11 jours ouvrés après validation du financement.

FINANCEMENTS POSSIBLES
- OPCO et plan de développement des compétences
- FAF et CFP
- France Travail
- Paiement jusqu'à 6 fois sans frais

DATES / SESSIONS
Entrées permanentes

FORMULE	DÉTAIL	TARIF
Inter-entreprises	-10 % dès 2 participants, -15 % dès 3, -20 % à partir de 4 inscrits sur la même session.	**À partir de 1 590 € HT**

Prix nets — exonération de TVA, article 261-4-4° du CGI.

08 Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Accessible aux personnes en situation de handicap. Contactez notre référent handicap pour construire une solution adaptée : contact@monpoleformation.fr

RÉFÉRENT HANDICAP
Tiffany LESTROUBAC

CONTACT
contact@monpoleformation.fr

09 Indicateurs de résultats

INDICATEUR	RÉSULTAT	MODALITÉS DE CALCUL
Taux de satisfaction	**N/A**	Moyenne des notes de satisfaction des stagiaires sur les 12 derniers mois
Taux d'abandon	**N/A**	Calculé sur les 12 derniers mois

Résultats arrêtés au 26/09/2026. N/A : donnée non disponible ou effectif insuffisant sur la période.

10 Contacts

INSCRIPTIONS ET INFORMATIONS
contact@monpoleformation.fr
01 87 66 57 66

ADRESSE
10a rue du Maréchal de Lattre de Tassigny, 76420 Bihorel

RÉCLAMATIONS
Par e-mail : contact@monpoleformation.fr