NORFLIX
FORMATION

PROGRAMME DE FORMATION

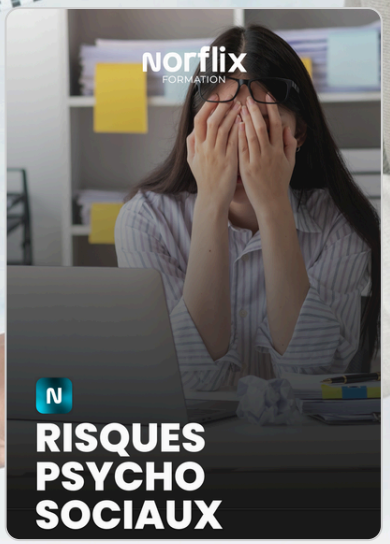
SÉRIE PSYCHOLOGIE · SAISON 1

RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Comprendre, repérer et agir à son niveau.

✓ Certifié Qualiopi 2026 | Tout niveau | 7 heures | TOUT PUBLIC | Présentiel

▶ Réserver une session | ⓘ Devis sur demande



Synopsis

Stress, violences internes et externes, harcèlement : cette journée **sensibilise l'ensemble du personnel** aux causes et conséquences des risques psychosociaux, pour **repérer les signaux d'alerte**, savoir **vers qui se tourner** et contribuer à un environnement de travail sain et respectueux.

Objectifs généraux

- Comprendre les enjeux des risques psychosociaux
- Repérer les situations à risque et agir en prévention à son niveau

DURÉE
7 heures

EFFECTIF
1 à 15 personnes

PUBLIC
L'ensemble du personnel

PRÉREQUIS
Aucun prérequis. Compréhension du français nécessaire.

TARIF
Sur devis

MODALITÉ
Présentiel

Compétences visées

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

1. **Citer** les obligations de l'employeur et du salarié en matière de RPS
2. **Définir** les risques psychosociaux et leurs 6 facteurs de risques
3. **Expliquer** les mécanismes du stress
4. **Distinguer** stress, violences internes et externes, harcèlement
5. **Repérer** les signes d'alerte individuels et collectifs
6. **Identifier** les leviers d'action pour remédier aux RPS

Épisodes

PROGRAMME DE FORMATION · 7 HEURES

SAISON 1 — Les fondations

1

SAISON 1 · ÉPISODE 1

Le cadre juridique des RPS

- Obligations de l'employeur et du salarié
- Droit du travail, pénal et sécurité sociale
- Accords nationaux sur le stress et la violence

2

SAISON 1 · ÉPISODE 2

Les bases de la communication

- « La carte n'est pas le territoire »
- Perceptions et filtres

3

SAISON 1 · ÉPISODE 3

Notions de base des RPS

- Santé et travail
- Définition des risques psychosociaux
- Cas pratiques : RPS ou pas ?

SAISON 2 — Les visages des RPS

1

SAISON 2 · ÉPISODE 1

Le stress

- Définition et mécanismes
- Modèles de Selye, Laborit, Lazarus, Karasek, Siegrist

2

SAISON 2 · ÉPISODE 2

Le harcèlement

- Chiffres clés
- Harcèlement moral et harcèlement sexuel

3

SAISON 2 · ÉPISODE 3

Les violences externes

- Incivilités, agressions verbales et physiques
- Contextes et prévention

4

SAISON 2 · ÉPISODE 4

Les conséquences

- Individuelles : burn-out, bore-out, symptômes
- Collectives et pour l'entreprise

SAISON 3 — Agir

1

SAISON 3 · ÉPISODE 1

Les facteurs de risques

- Les 6 familles de facteurs de risques
- Sortir de la « notion valise »

2

SAISON 3 · ÉPISODE 2

Remédier aux RPS

- Les 9 leviers d'action : charge, autonomie, soutien, reconnaissance, sens…
- Techniques de priorisation
- Cas pratiques

NORFLIX FORMATION

RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Dans les coulisses

MÉTHODES, MOYENS ET MODALITÉS

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Exposé interactif, études de cas, **ludopédagogie** (jeux de cartes), quiz interactif et exercices sur les violences au travail et les facteurs de risques.

BESOINS EN INTRA-ENTREPRISE

- Une **salle dédiée** avec vidéoprojecteur
- Des tables permettant le travail en sous-groupes



MATÉRIEL · THÉORIE

- Diaporama et vidéos
- Jeux de cartes thématiques
- Fiches ressources numériques

MATÉRIEL · PRATIQUE

- Exercices sur les facteurs de risques
- Études de cas
- Quiz interactif

Infos pratiques

AVANT DE LANCER LA SÉANCE

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- **Positionnement** en début de formation
- **QCM**
- **Exercices** sur les violences au travail et les facteurs de risques
- **Questionnaire de satisfaction** à chaud

SANCTION

Attestation de fin de formation et attestation d'assiduité.

MAINTIEN DES COMPÉTENCES

Actualisation **recommandée tous les 3 ans** (pas d'obligation légale).

LIEU DE FORMATION

Intra-entreprise : dans vos locaux, en présentiel. Méthode privilégiée pour adapter la formation à votre établissement.
Inter-entreprise : en centre de formation.

RÉVISIONS

Espace ressources personnalisé de la formation sur **norflix.fr**, accessible aux stagiaires pour réviser.

DÉLAI D'ACCÈS

Formation réalisée dans un délai maximum de **3 mois** après validation de la demande.

TARIF

Sur devis

DOCUMENT NÉCESSAIRE

Aucun justificatif n'est demandé pour participer à cette formation.

ACCESSIBILITÉ HANDICAP

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Référent handicap : **Alexis HENNART**, **contact@norflix.fr** · 06 27 68 41 73, pour étudier les adaptations possibles.

RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES

- Code du travail : art. **L.4121-1 à L.4121-3**, **L.1152-1** (harcèlement moral), **L.1153-1** (harcèlement sexuel)
- Accords nationaux interprofessionnels du **2 juillet 2008** (stress) et du **26 mars 2010** (harcèlement et violence)
- Code de la sécurité sociale : art. **L.461-1**