



Faire du management un levier du bien-être au travail

Qualité de Vie au Travail - QVT

PRÉSENTIEL

SUR-MESURE

Objectif de formation

Mieux comprendre les risques psychosociaux et savoir adopter une démarche positive pour les prévenir et accompagner les difficultés rencontrées. Construire une démarche efficace pour développer la Qualité de Vie au Travail.

Programme

Mieux comprendre les risques psychosociaux (RPS)

Définir et identifier les risques psychosociaux au travail

Définitions, causes et conséquences des différents risques psychosociaux

Savoir identifier les signaux d'alerte et les facteurs de risque

Connaître la démarche de prévention et les conditions de réussite à la mise en œuvre de cette démarche

Evaluer l'exposition de ses collaborateurs à ces facteurs et savoir intervenir de manière appropriée

Savoir poser un diagnostic avec le modèle de Karasek

Identifier les situations à risque et mieux comprendre le phénomène du stress

Identifier les sources de tensions dans l'environnement professionnel

Mieux comprendre les phénomènes de stress au travail et d'épuisement professionnel

Identifier les principales sources de stress au travail

Connaître les modérateurs de stress et savoir les utiliser

Utiliser la démarche de la QVT (Qualité de Vie au Travail) pour améliorer la performance et le bien-être au travail

Qu'est-ce que la Qualité de Vie au Travail ?

Comment mettre en place une démarche et tester son efficacité

Expérimenter la démarche et faire vivre la QVT dans son service

Développer des comportements efficaces face aux risques psychosociaux

Savoir faire face aux situations difficiles et savoir adopter la bonne posture managériale

Désamorcer les situations de tensions

Savoir prendre en compte les difficultés individuelles

Savoir adapter son comportement face aux personnalités difficiles

Développer un style de communication efficace

Savoir prendre du recul et se ressourcer

Développer plus de bien-être au travail en adoptant un style de management adapté

Connaître les leviers de la motivation et savoir les utiliser

Savoir donner des signes de reconnaissance

Développer son intelligence émotionnelle et relationnelle pour mieux manager

Savoir renforcer le bien-être au travail en développant des émotions positives au sein de l'équipe

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Managers et personnel d'encadrement exerçant une fonction managériale, Responsables d'équipe ou d'un service, d'atelier, adjoints, superviseurs qui souhaitent renforcer leurs compétences en management, Toute personne ayant ou allant prendre la responsabilité d'une équipe ou d'un service.

Durée

2 Jours dont 14 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

Nous consulter

Adresse

Site de Rennes/Bruz

Campus de Ker Lann,
6 Rue des frères Montgolfier, BP
17201

35172 Bruz

<https://www.cci-formation-bretagne.fr/ille-et-vilaine>



Les points forts de la formation

- Des outils concrets et efficaces pour accompagner et prévenir les RPS
- Expérimenter la démarche QVT et tester son efficacité
- Des partages d'expériences et des échanges professionnels permettant d'enrichir son expérience managériale.

Les conditions d'admission

Prérequis

Aucun

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le participant sera capable d'identifier les sources de RPS, de stress et de tensions dans l'environnement professionnel et participer à la détection des situations à risque; d'Identifier les principaux facteurs de bien-être et de motivation au travail et les outils dont dispose le manager pour les favoriser; d'Adapter sa posture et sa communication; de Mettre en œuvre des solutions de motivation simples.

► PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité, évaluation systématique des éléments acquis en cours de formation : quizz, mises en situation, exercices, questionnaire en fin de formation.

Modalités pédagogiques

Formation interactive comprenant des apports théoriques et pratiques : réflexions individuelles et collectives, partages d'expériences, exercices pratiques et mises en situation.

Les sessions



Bruz

- Nous contacter

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr

Date et mise à jour des informations : 04/12/2025

Contacts



BLANGY Marie

Marie.BLANGY@ille-et-vilaine.cci.fr

CCI Formation Ille-et-Vilaine - Site de Ker Lann - N° SIRET 130 022 809 00011 - N° d'activité 53351000435
Campus de Ker Lann, 6 Rue des frères Montgolfier, BP 17201 - 35172 Bruz
Tél. : 0299054545 - cci.formationcontinue@fac-metiers.fr - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/ille-et-vilaine>

 CCI FORMATION
BRETAGNE