



## PROGRAMME de FORMATION

# Management et prévention des Risques Psycho-Sociaux

*Comprendre et manager les risques psychosociaux pour améliorer votre qualité de vie au travail & celle de vos équipes*

**Pré-requis :** aucun

**Public :** Directeurs.rices de centre social

**Nombre minimum et maximum de stagiaires :** 8 à 10 stagiaires

**Durée :** 5 jours soit 35h00

**Date session 1:** 13 mars - 03 avril - 12 juin - 3 juillet - 25 septembre 2025

**Date session 2:** 19 septembre - 17 octobre - 14 novembre - 12 décembre 2025 - 16 janvier 2026

**Lieu :** Fédération des centres sociaux du Nord Pas de Calais

**Tarif :** 1200 euros par personne

### **Visée de la formation:**

Cette formation vise à repérer les facteurs de tension présents dans les différents secteurs du centre social, de l'organisation, à comprendre dans quel contexte il est opportun d'intervenir « à chaud » (situation ou problème repéré à partir de signaux d'alerte, crise individuelle ou collective), ou « à froid » (dans une véritable attitude préventive).

### **Objectifs pédagogiques:**

A la fin de la formation, les stagiaires sauront:

- Identifier les situations liées aux risques psychosociaux et les analyser
- Différencier les types de risques psychosociaux
- Réfléchir à la mise en œuvre d'un management efficace en prévention des risques psychosociaux, individuellement et collectivement

### **Moyens pédagogiques :**

Ateliers de mise en situation et de découverte des éléments didactiques / Travail individuel sur les représentations et les situations mettant en œuvre les RPS au sein des structures / Apports théoriques et méthodologiques sur support électronique et papier / Bouclage et feed-back de fin de journée pour ancrer les compétences.

En intersession : vidéo – podcast – lecture (articles & bibliographie) et entraînement

**Évaluation de la formation :** QCM d'évaluation des compétences et présentation des entraînements intersession.

formulaires d'évaluation de la formation à chaud et à froid

## PROGRAMME de FORMATION

### Contenu de la formation

---

#### **Jour 1. Organisation et RPS - comprendre les obligations et les dynamiques**

- Définition et représentation des RPS : risque ou « certitude » ?
  - o Le stress et ses effets (niveaux individuel, interpersonnel, organisationnel)
  - o Le mobbing ou harcèlement psychologique
  - o Le burn- out / Bore-out / Brown-out
  - o Le syndrome dépressif
  - o Le harcèlement moral et sexuel
- Le DUERP (rappel synthétique du cadre légal)
- Analyser son organisation, approche globale (individuel /collectif, invisible /observable) le carré d'Apulée
- Le modèle de Clare Graves : le concept de spirale dynamique qui a aidé à la sortie de l'apartheid.

#### **Jour 2. Management et Organisation : comprendre les crises organisationnelles et groupales**

- Les points clés d'analyse du fonctionnement des groupes et des organisations selon la Théorie Organisationnelle de Berne.
  - o Le mythe fondateur
  - o Les tensions naturelles présentes dans tous les groupes
  - o Diagramme structural et la dynamique des frontières
  - o Zone d'autorité et zone de pouvoir : la gouvernance en question
  - o Les 4 stades de l'imaginaire de groupe
- Les configurations du pouvoir institutionnel (Mintzberg) et ses conséquences en cas d'abus
- Le phénomène de bouc-émissaire, au service de la cohésion du groupe
- Le processus d'auto-organisation ou comment résorber un problème sans le traiter ?

#### **Jour 3. Management et RPS : identifier les crises relationnelles pour les anticiper et les gérer**

- La place des émotions dans le management (les collections de « timbres »)
- Le harcèlement moral et sexuel
  - o La législation
  - o Savoir réagir pour soi et pour les autres
  - o Mettre en place des actions de prévention spécifique

#### **Jour 4. Management et RPS: Identifier les crises relationnelles pour les anticiper et les gérer (suite)**

- Les 3 « soifs » existentielles : fonctionnement de l'être humain & dérives relationnelles
  - o Les jeux psychologiques
  - o Les jeux de pouvoirs
  - o Le diagnostic rapide de Gilles Pellerin
  - o Les positions de vie : comment se rencontrent-elles dans le contexte professionnel ?
- Le scénario individuel et les comportements automatiques associés (drivers, comportements passifs, symbiose)

## PROGRAMME de FORMATION

### Jour 5. Journée de suivi et de stabilisation des acquis & retour d'expérience

Une journée où, à partir de leurs réalités quotidiennes et d'objectifs fixés par les stagiaires, chaque participant(e) élabore un contrat de formation individuel, pour la journée, avec les formateurs, assurant ainsi une intégration « sur mesure » des compétences visées par la formation.

Les scénarios (réels ou imaginés) permettent de regarder son implication personnelle, pour développer de nouveaux savoirs faire et savoirs être, d'intégrer des options multiples, de clarifier et de développer son style professionnel...

Cette dernière journée repose sur l'idée que l'expérience professionnelle est source de construction de savoirs. « Pas de vécu sans concepts, pas de concepts sans vécu »

*Évaluation de la formation (synthèse des entraînements intersessions) - Finalisation évaluation des acquis individuels (transfert des compétences dans la pratique)*

**Formation encadrée par : Ludovic CARLIER**, Facilitateur du changement – Coach – Formateur et **Mathieu Candas**, Formateur à la Fédération des Centre Sociaux

---

*NB : Si vous vivez une situation d'empêchement ou de handicap, nous pouvons échanger sur l'aménagement de la formation en fonction de vos besoins. Pour cela, contactez: Mathieu CANDAS, [mcandas.npdc@centres-sociaux.com](mailto:mcandas.npdc@centres-sociaux.com)*

MAJ: 24/10/2024



Lien  
vers le formulaire  
d'inscription