



RISQUES PSYCHOSOCIAUX
ET QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL

STRESS AU TRAVAIL : COMPRENDRE ET AGIR (POUR LES SALARIÉS)



photo non contractuelle

Conforme à l'Arrêté
du 23 avril 2009

MODULE DE FORMATION
E-LEARNING

 **FICTIS**
PREVENTION

- **Support :** E-learning
- **Durée :** 30 minutes
- **Année :** 2012 (janv.)
- **Tarif :** Nous consulter

Plus d'informations au
02.41.20.06.20

Généralités

Environ 20% des salariés européens estiment que leur santé est affectée par des problèmes de stress au travail (Source : Fondation européenne pour l'amélioration des conditions de travail).

L'arrêté du 23 avril 2009 rend obligatoires les dispositions de l'Accord national interprofessionnel sur le stress au travail pour tous les employeurs. Tous les salariés, y compris ceux des entreprises sous-traitantes et les intérimaires sont concernés.

Ce module vise à répondre aux exigences de prévention, d'information et de formation sur le stress au travail, inscrites dans l'Arrêté du 23 avril 2009.



Produit et réalisé en partenariat avec REHALTO, entreprise spécialisée dans le développement du bien-être au travail.

Public

- Ensemble des salariés et des intérimaires



Objectifs de la formation

À la suite de ce module, l'apprenant sera capable de :

- comprendre ce qu'est le stress au travail ;
- effectuer un état des lieux du stress dans son environnement de travail ;
- identifier les facteurs de stress venant de l'individu et du contexte de travail ;
- connaître les conséquences du stress sur l'individu, l'entreprise et la société ;
- utiliser des outils pour gérer son stress.

Tous les extraits en ligne sur www.fictis-prevention.com

Contenu du module

Chapitre 1 : Définir, comprendre le stress au travail

Définitions du stress
3 notions importantes pour comprendre le stress au travail
Le lien du stress avec le travail
Questionnaire d'évaluation de stress lié au travail

Chapitre 2 : La réaction face au stress

Les 3 composantes du stress
À quoi sert le stress ?
3 modèles du stress
Questionnaire de sensibilisation à des facteurs de stress liés au travail

Chapitre 3 : Les facteurs de stress au travail

Facteurs individuels prédisposant au stress
Manifestations les plus fréquentes chez l'individu stressé

Facteurs du stress venant du travail
Outil de gestion du stress professionnel
Interaction entre les facteurs de stress

Chapitre 4 : Les conséquences du stress

Conséquences sur la santé
Répercussions sur le comportement
Pathologies liées au stress chronique
Conséquences économiques du stress
Conséquences du stress sur la productivité de l'entreprise

Chapitre 5 : Guide de la gestion individuelle du stress

Déployer une méthode personnelle pour gérer son stress
Fiche de gestion individuelle du stress

Le module comporte de nombreux outils d'auto-évaluation.



Média

Ce module de formation est constitué d'animations multimédia : vidéo, 2D / 3D

Mode d'utilisation

Formez vos apprenants via une plateforme de formation à distance conforme à la norme SCORM (standard international en matière de conception de cours et de plateformes e-learning).

Ce module e-learning peut être :

- installé sur la plateforme mise à disposition par Fictis Prévention ;
- installé sur votre plateforme.

Personnalisation du module

Ce module peut être personnalisé tant sur le fond que sur la forme, nous pouvons intégrer :

- vos spécificités ;
- votre charte graphique.

Produits connexes

Ce produit existe aussi en clé USB.

Complétez votre formation avec les solutions pédagogiques DVD, clé USB, modules e-learning, simulateurs, serious game sur les thèmes suivants :

- Sécurité générale
- Management de la sécurité
- Risque incendie
- Troubles musculo-squelettiques
- Risque électrique
- Levage / Manutention / Machines
- Risque routier
- Risque chimique / CMR / Amiante
- Risques psychosociaux et qualité de vie au travail
- Risque biologique
- Sûreté nucléaire
- Développement durable
- Sûreté