



COURS DE BASE

# Personne de confiance

Actuellement, la santé psychique des collaborateurs et par conséquent aussi le bon fonctionnement des entreprises sont mis à rude épreuve. Dans le cadre de ce cours de base, Mensura enseigne aux personnes de confiance les aptitudes nécessaires pour réagir de manière professionnelle en cas de conflit ou face à d'autres situations comportant un risque psychosocial.

## Pourquoi ?

Le stress et le burn-out sont des problèmes croissants dans tous les groupes professionnels. On enregistre également chaque année une augmentation du nombre de plaintes pour cause de violence verbale ou de harcèlement moral. De plus, le taux de collaborateurs qui ont des pensées suicidaires est alarmant.

Les problèmes psychosociaux pèsent lourdement sur la santé des collaborateurs et sur l'organisation. La personne de confiance est confrontée à des problèmes très divers et doit pouvoir y réagir de manière adaptée.

## Qui ?

Chaque membre du personnel peut suivre la formation personne de confiance, à condition qu'il n'assume pas l'un de ces rôles :

- représentant de l'employeur ou des collaborateurs au sein du comité d'entreprise ou du comité de prévention et de protection au travail ;
- candidat aux élections des délégués du personnel ;
- délégué syndical ;
- dirigeant, sauf s'il s'agit d'un cadre moyen ;
- médecins du travail en entreprise.

## Quoi ?

Dans le cadre du cours de base sont abordés le cadre légal, les différents risques psychosociaux au travail, leur dynamique et les techniques d'intervention les plus indiquées.

### Programme (en ligne)

#### Jour 1

- La politique de bien-être d'une l'entreprise : le système dynamique de gestion des risques
- Risques psychosociaux au travail
- Méthodes pour réaliser des analyses de risques
- La personne de confiance en pratique partie 1

#### Jour 2

- La personne de confiance en pratique partie 2
- Les obligations de l'employeur et les rôles des acteurs
- Techniques d'entretien
- Bien-être personnel des personnes de confiance

#### Jour 3

- Interventions psychosociales
- Exercices pratiques

#### Jour 4

- Conflits et médiation
- \* Exercices pratiques

#### Jour 5

- Evénements traumatiques au travail
- Evaluation
- Devoir à domicile

## Comment ?

- Votre collaborateur suit la formation en ligne via la plateforme d'apprentissage Flowsparks de Mensura.
- Les participants suivent les modules en ligne dans le lieu de leur choix. Au cours de ces unités, ils peuvent poser des questions à l'enseignant. Ils reçoivent ensuite des exercices individuels en guise de préparation au cours en ligne ou de tâche à effectuer après un module.

## Résultat

- Cette formation apporte une réponse aux nouvelles obligations légales et permet à votre entreprise d'être encore mieux préparée face aux risques psychosociaux au travail.
- Une personne de confiance bien formée est à même d'accueillir de manière professionnelle le ou les collaborateurs concernés. Elle sera capable d'améliorer le bien-être psychosocial et de limiter ou de réduire les plaintes.

## En pratique

A partir de 10 personnes, la formation peut également être organisée en interne et adaptée à votre entreprise.

## Recyclage personne de confiance – supervision

Afin de remplir au mieux son rôle, une personne de confiance doit suivre des recyclages réguliers et participer à des échanges d'expériences. Pour les personnes de confiance qui ont suivi le cours de base, Mensura organise le « Recyclage personne de confiance – supervision ».

Des recyclages distincts peuvent également être organisés en interne. Différents sujets peuvent être abordés lors de la formation continue :

- Supervision
- Techniques d'entretien, écoute active
- Prendre soin de soi
- Conciliation
- Comment faire face aux événements traumatisants et assortis d'une charge émotionnelle au travail. Accueil des collaborateurs qui ont des pensées suicidaires.