

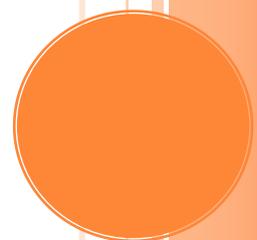
FORMATIONS

Le Catalogue

Isabelle Constant, Psychologue du travail vous propose quelques formations pour mieux vivre au travail

Isabelle Constant, Psychologue du travail

10/02/2016



Formations

Le Catalogue

Les formations sont conçues et animées par Isabelle Constant, psychologue du travail.

Ces formations concernent la santé au travail, le management du travail et la communication au travail.

Le travail est multidimensionnel, en pleine évolution et ancré au cœur de la société. En permanence, il met en jeu des mécanismes complexes qui impliquent tous les acteurs du travail à savoir, le manager, le managé et la structure (privée, publique, associative, économique...).

Isabelle Constant pense que face à un tel niveau de complexité, une approche pluridisciplinaire se révèle pertinente voire indispensable pour apporter des réponses pédagogiques. Elle s'est donc associée à Thierry Merdrignac, Ergonome pour vous proposer trois formations.

Les formations ont lieu en inter ou en intra établissement. Le nombre de participants par session est de 4 à 12.

Les coûts des formations s'entendent hors taxes et hors frais éventuels.

***Bien vivre au travail,
mieux vivre son travail***

Contenu

Santé au Travail.....	3
Du trouble psychosocial (TPS) à la qualité de vie au travail (QVT)	3
La qualité de vie au travail (QVT)	4
Sensibilisation ergonomique au travail.....	5
Management du travail	6
Changement.....	6
La GPEC pour les managers	7
Entretien de recadrage.....	8
Le travail de l'Homme et l'Homme au travail.....	9
Communication au travail.....	10
Communication.....	10

SANTÉ AU TRAVAIL

Du trouble psychosocial (TPS) à la qualité de vie au travail (QVT)

Développer la santé au travail

Objectifs	<p>Acquérir une connaissance globale des TPS et de la QVT</p> <p>Connaître le cadre réglementaire</p> <p>Comprendre les enjeux QVT</p> <p>Améliorer sa qualité de vie au travail et celle de ses collaborateurs</p> <p>Reconnaître le stress chez ses collaborateurs</p> <p>Savoir anticiper et gérer des situations de tension</p>
Public visé	Managers
Contenu	<p>Concepts et facteurs clés</p> <p>Cadre réglementaire</p> <p>Amélioration de la qualité de vie au travail</p> <p>Le stress et sa gestion</p> <ul style="list-style-type: none"> • Causes et situations stressantes • Signaux d'alerte pour soi • Signaux observables chez les autres • Gestion du stress des collaborateurs • Outils de gestion du stress
Méthode pédagogique	Exposé/Appports théoriques, ateliers, brainstorming, exercices et échanges
Intervenant	Isabelle Constant, Psychologue du travail
Durée	2 jours
Tarifs	<p>Inter : 800 €HT / stagiaire</p> <p>Intra : 2 000 €HT</p>

La qualité de vie au travail (QVT)

Comprendre pour agir

Objectifs	<p>Définir les enjeux de la QVT</p> <p>Identifier un cadre propice au développement de la QVT</p> <p>Acquérir une connaissance globale de la QVT</p> <p>Organiser une démarche QVT</p>
Public visé	Cadres de direction, chefs de projet QVT
Contenu	<p>Introduction sur la signification du travail</p> <p>Représentation et enjeu global de la QVT</p> <p>La QVT, un cadre pour agir sur la santé au travail</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ce que dit la loi • Ce qu'il est possible de faire • Son terreau : la RSE <p>Définition et facteurs clés de la QVT</p> <p>Distinction QVT/RPS</p> <p>Questions pour se positionner et organiser une démarche QVT</p> <p>Temps de l'action</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conduire la démarche • Ecrire sa 1^{ère} feuille de route • S'engager dans un diagnostic
Méthode pédagogique	Exposé/Apports théoriques, brainstorming, échanges
Intervenants	<p>Isabelle Constant, Psychologue du travail</p> <p>Thierry Merdrignac, Ergonome</p>
Durée	1 jour
Tarifs	<p>Inter : 400 €HT / stagiaire</p> <p>Intra : 1 200 €HT</p>

Sensibilisation ergonomique au travail

Prévenir les troubles musculo-squelettiques

Objectifs	Adapter le travail et s'adapter à son environnement de travail pour prévenir l'apparition des symptômes TMS
Public visé	Toute personne exerçant une activité à dominante bureautique
Contenu	<p>Mieux connaître son corps</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les principes de base • Le système nerveux • Le système musculaire et squelettique • Les postures de travail • Les amplitudes articulaires de confort <p>Bien appréhender les caractéristiques du travail</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les trois composantes du travail • Se situer au cœur du travail • Les principales formes de pénibilité au travail • La manutention manuelle • La charge mentale • La dimension psychosociale <p>Prendre conscience des TMS</p> <p>Organiser son travail pour se préserver</p> <ul style="list-style-type: none"> • Etre acteur de son environnement de travail • Maintenir un bon équilibre entre sa santé et son efficacité • Prévenir l'apparition des symptômes
Méthode pédagogique	Exposé/Appports théoriques, vidéos, mise en situation et séance d'étirements
Intervenants	Isabelle Constant, Psychologue du travail Thierry Merdrignac, Ergonome
Durée	1 jour
Tarifs	Inter : 400 €HT / stagiaire Intra : 1 200 €HT

MANAGEMENT DU TRAVAIL

Changement	
<i>Accompagner la démarche</i>	
Objectifs	<p>Connaître les concepts</p> <p>Accompagner le changement</p> <p>Définir les rôles du manager dans la conduite du changement</p> <p>S'approprier les clés de la conduite du changement</p> <p>Réussir sa communication</p>
Public visé	Managers, chefs de projet
Contenu	<p>Définitions et contexte du changement</p> <p>Rôle du manager</p> <p>Leviers et outils pour accompagner le changement</p> <p>Communication dans une démarche de changement</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pourquoi informer et communiquer ? • Quoi communiquer ? • Comment le dire ?
Méthode pédagogique	Exposé/Apports théoriques, vidéo, brainstorming, mise en situation et échanges
Intervenant	Isabelle Constant, Psychologue du travail
Durée	1 jour
Tarifs	<p>Inter : 400 €HT / stagiaire</p> <p>Intra : 1 000 €HT</p>

La GPEC pour les managers

S'approprier les outils

Objectifs	<p>Définir la GPEC</p> <p>Identifier les étapes de la GPEC</p> <p>Connaître et choisir les outils</p>
Public visé	Managers, chefs de projet, acteurs des ressources humaines
Contenu	<p>Définition de la GPEC</p> <p>Enjeux de la GPEC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Une obligation légale • Enjeux employeur • Enjeux salariés • Intérêts en matière de management <p>Mise en œuvre de la GPEC</p> <p>Les étapes/Les outils</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recrutement • Premiers diagnostics RH • Fiche de poste, métier • Référentiel de compétence • Déterminer les besoins • Identification des écarts • Plan d'actions <p>Leviers de la GPEC</p> <p>Clés de réussite de la GPEC</p>
Méthode pédagogique	Exposé/Appports théoriques, étude de cas fil conducteur de la formation et échanges
Intervenant	Isabelle Constant, Psychologue du travail
Durée	2 jours
Tarifs	<p>Inter : 800 €HT / stagiaire</p> <p>Intra : 2 000 €HT</p>

Entretien de recadrage

Recadrer sans démotiver

Objectifs	<p>Situer l'entretien de cadrage</p> <p>Préparer l'entretien de recadrage</p> <p>Mener l'entretien de recadrage</p> <p>Connaître les pièges en communication pour les éviter</p>
Public visé	Cadres de direction, managers, acteurs des ressources humaines
Contenu	<p>Pourquoi, quand et où recadrer ?</p> <p>Comment recadrer ?</p> <p>Les étapes de l'entretien de recadrage</p> <p>Les clés de la réussite</p>
Méthode pédagogique	Exposé/Apports théoriques, brainstorming, mise en situation et échanges
Intervenant	Isabelle Constant, Psychologue du travail
Durée	1 jour
Tarifs	<p>Inter : 400 €HT / stagiaire</p> <p>Intra : 1 200 €HT</p>

Le travail de l'Homme et l'Homme au travail

Les codes pour mieux manager

Objectifs	<p>Décrypter les représentations du travail</p> <p>Comprendre les relations au travail</p> <p>Placer le travail au cœur du management</p>
Public visé	Managers, responsables, chefs de service
Contenu	<p>Définition du management</p> <p>Travail prescrit/Travail réel</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ce que je demande/Ce que cela demande • Partie visible/Partie invisible du travail • Architecture d'un poste <p>Mise en œuvre du prescrit/Mise en œuvre du réel</p> <p>Fonctionnement de l'homme au travail</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'homme en mouvement • Les règles du langage <p>Le manager, acteur du compromis prescrit/réel</p> <p>Vieillesse au travail</p> <p>Relations au travail</p>
Méthode pédagogique	Exposé/Appports théoriques, brainstorming et mise en situation
Intervenants	<p>Isabelle Constant, Psychologue du travail</p> <p>Thierry Merdrignac, Ergonome</p>
Durée	1 jour
Tarifs	<p>Inter : 400 €HT / stagiaire</p> <p>Intra : 1 200 €HT</p>

COMMUNICATION AU TRAVAIL

Communication	
<i>Etre à l'écoute pour mieux communiquer</i>	
Objectifs	Repérer les obstacles à la communication Adapter sa communication
Public visé	Tout public
Contenu	Communiquer, c'est quoi ? Prendre conscience de ses émotions et de celles des autres Communiquer différemment <ul style="list-style-type: none"> • Etre à l'écoute • Dire autrement • Adapter son langage
Méthode pédagogique	Exposé/Appports théoriques, brainstorming, mise en situation et échanges
Intervenant	Isabelle Constant, Psychologue du travail
Durée	1 jour
Tarifs	Inter : 400 €HT / stagiaire Intra : 1 200 €HT

10/02/2016

Contact

Isabelle Constant, Psychologue du travail

06 72 83 27 02

iconstant.psy44@gmail.com

155, Rue Paul Bellamy

44000 NANTES

Siret 813 448 529 00012

Adeli 44931442 6

<http://isabelleconstantpsychologuedutravail.e-monsite.com/>