Climat social - méthode CorpSocial

Climat social - phase 1 : Découverte

Repérer les signaux faibles d'une équipe avant qu'ils ne deviennent des conflits

CLIMAT SOCIAL
PHASE 1 - DÉCOUVERTE
✓ QUALIOPI - actions de formation
Réf. POB-CS-001

Le climat social se lit aussi dans les corps, la fatigue, les émotions et les relations. En 3 heures, à partir des cinq piliers de la méthode CorpSocial (Corps, Esprit, Émotions, Collectif, Posture professionnelle), les stagiaires apprennent à repérer les signaux faibles d'une équipe et repartent avec une routine collective et un plan d'action.

Informations pratiques

Référence	POB-CS-001 - version 4 du 25/11/2026
Type d'action	Action de formation (1° de l'article L.6313-1 du Code du travail)
Public visé	Collaborateurs, managers, ressources humaines, direction, membres du CSE ou de la CSSCT
Prérequis	Aucun ; ne convient pas à une situation de conflit aigu relevant d'une médiation
Effectif	4 à 12 stagiaires par groupe - intra-entreprise
Durée	3 heures en présentiel
Lieu	Dans les locaux du client
Délai d'accès	Environ 4 semaines, à titre indicatif ; la convention de formation est envoyée après signature du devis
Inscription	contact@posturoboulot.fr
Tarif	1 490 € net de TVA par groupe - frais de déplacement en sus ; tarifs valables pour toute la France hors Île-de-France (Île-de-France : sur demande)
Financement	Plan de développement des compétences de l'entreprise ; prise en charge possible par l'OPCO selon ses critères

Suivi et évaluation

Avant : questionnaire de positionnement amont ; questionnaire CorpSocial anonyme du groupe
Pendant : observation et correction des exercices par le formateur ; émargement par demi-journée
En fin de formation : positionnement aval, quiz d'évaluation des acquis, questionnaire de satisfaction à chaud
Après : bilan de session remis à l'entreprise environ 2 semaines après la formation ; questionnaire à froid environ un mois après ; attestation de fin de formation et certificat de réalisation

Accessibilité et handicap

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Adaptations pédagogiques, matérielles ou organisationnelles étudiées sur demande préalable auprès de la référente handicap, Caroline PIGOT : contact@posturoboulot.fr.

70 %	30 %
PRATIQUE	**THÉORIE**

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de :

- **Expliquer les cinq piliers de la méthode CorpSocial et leur rôle dans la lecture du climat social** *- évalué par quiz*
- **Reconnaître les signaux faibles corporels et comportementaux qui précèdent les tensions collectives** *- évalué par étude de cas*
- **Analyser une situation d'équipe à l'aide de la grille CorpSocial pour dégager trois signaux prioritaires, sans interprétation individuelle** *- évalué par travail en binôme*
- **Animer une routine corporelle collective de 5 minutes** *- évalué par mise en pratique observée*
- **Construire un plan d'action à 7 jours comprenant deux actions concrètes** *- évalué par plan d'action rédigé*

Moyens pédagogiques et techniques

- Méthode : apports interactifs, travaux en binôme, études de situations, pratique corporelle guidée ; restitution collective du questionnaire CorpSocial anonyme du groupe
- Supports : fiches d'exercices (routine de 5 minutes) et grille de lecture CorpSocial remises à chaque stagiaire ; check-list RH à 7 jours ; bilan de session remis à l'entreprise
- Matériel : salle, vidéoprojecteur et paperboard demandés au client

Formateur

Masseur-kinésithérapeute ou ostéopathe, ayant suivi la formation de formateurs Postur'O Boulot. Supervision pédagogique : Julie PETIT, masseur-kinésithérapeute, Présidente et responsable pédagogique.

Indicateurs de résultats

Nous n'avons pas encore réalisé assez de sessions sur ce format pour publier des indicateurs fiables : ils seront publiés dès que l'effectif le permettra.

PROGRAMME - 3 heures

Séquence	Durée	Contenus	Méthodes	Objectif
Accueil et positionnement	10 min	Présentation, objectifs, modalités d'évaluation ; positionnement amont	Tour de table, questionnaire	-
Séquence 1 - Enjeux et cinq piliers	25 min	Pourquoi les indicateurs RH arrivent tard ; les cinq piliers CorpSocial (Corps, Esprit, Émotions, Collectif, Posture professionnelle)	Apport interactif	1
Séquence 2 - Signaux faibles	35 min	Signaux corporels et comportementaux ; mécanismes du stress et de la tension collective ; restitution du questionnaire CorpSocial du groupe	Études de situations, restitution collective	2
Séquence 3 - Routine collective	35 min	Mouvements de relâchement adaptés au bureau et aux métiers physiques ; routine de 5 minutes	Démonstration, pratique guidée	4
Séquence 4 - Lecture d'une situation d'équipe	40 min	Grille CorpSocial appliquée à des situations de travail ; cartographie collective des tensions	Travail en binôme	3
Séquence 5 - Plan d'action	25 min	Trois signaux prioritaires ; deux actions concrètes à 7 jours	Travail individuel et collectif	5
Évaluation et clôture	10 min	Positionnement aval, quiz, questionnaire de satisfaction à chaud, synthèse	Questionnaires	Tous

Le programme peut être ajusté par le formateur selon le positionnement des stagiaires, sans modifier les objectifs ni la durée. La somme des durées est égale à la durée de la formation.

COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Expliquer les cinq piliers de la méthode CorpSocial et leur rôle dans la lecture du climat social
- Reconnaître les signaux faibles corporels et comportementaux qui précèdent les tensions collectives
- Analyser une situation d'équipe à l'aide de la grille CorpSocial pour dégager trois signaux prioritaires, sans interprétation individuelle
- Animer une routine corporelle collective de 5 minutes
- Construire un plan d'action à 7 jours comprenant deux actions concrètes

LIVRABLES REMIS

FICHES D'EXERCICES	BILAN DE SESSION	CHECK-LIST RH À 7 JOURS
Routine de 5 minutes et grille de lecture CorpSocial des signaux faibles - destinataire : stagiaire	Participation, progression, résultats et recommandations collectives, environ 2 semaines après - destinataire : entreprise	Premières actions à engager - destinataire : entreprise

CE QUE LA FORMATION APPORTE

POUR L'ENTREPRISE	POUR LE STAGIAIRE
• Une lecture concrète du climat de l'équipe pour décider des suites. • Contribue à la prévention des risques psychosociaux (articles L.4121-1 et L.4121-2 du Code du travail).	• Des repères pour repérer tôt les tensions. • Une routine collective praticable sans formateur. • Deux actions concrètes dès le lendemain.

Postur'O Boulot contribue à la prévention en santé au travail, en complément du médecin du travail et du service de prévention et de santé au travail, sans s'y substituer. L'aménagement des postes relève de l'employeur, sur préconisation du médecin du travail.

Inscription : contact@posturoboulot.fr - Convention de formation envoyée après signature du devis - Certificat Qualiopi QUA007994, catégorie : actions de formation