Climat social - méthode CorpSocial

Climat social - phase 2 : Stabilisation

Un parcours en trois ateliers pour identifier, réguler et ancrer des pratiques de prévention

CLIMAT SOCIAL
PHASE 2 - STABILISATION
✓ QUALIOPI - actions de formation
Réf. POB-CS-002

La phase 2 inclut la phase 1 Découverte : le premier atelier identifie les signaux faibles, les deux suivants agissent sur le corps, la charge mentale et les relations de travail. En trois ateliers répartis sur six semaines environ, construits à partir des résultats du questionnaire CorpSocial du groupe et des situations de travail réelles, les stagiaires installent des pratiques de prévention durables.

Informations pratiques

Référence	POB-CS-002 - 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 et managers d'une même équipe ou d'un même service
Prérequis	Aucun ; la phase 2 inclut le contenu de la phase 1 Découverte (atelier 1 - Identifier), il n'est donc pas nécessaire de l'avoir suivie
Effectif	4 à 12 stagiaires par groupe - intra-entreprise
Durée	9 h 30 par groupe : 3 ateliers de 3 h 30, 3 h et 3 h, répartis sur six semaines environ
Lieu	Dans les locaux du client, dans une salle fermée
Délai d'accès	Environ 4 semaines, à titre indicatif ; la convention de formation est envoyée après signature du devis
Inscription	contact@posturoboulot.fr
Tarif	6 500 € 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 ; 1re passation du questionnaire CorpSocial anonyme du groupe (mesure initiale)
Pendant : observation et corrections en temps réel ; quiz, études de cas, jeux de rôle ; émargement à chaque atelier
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 ; 2de passation du questionnaire CorpSocial du groupe après le 3e atelier (mesure finale), comparée à la mesure initiale dans le bilan ; 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 :

- **Repérer les signaux faibles prioritaires du collectif et les relier à leurs facteurs de travail, sans interprétation individuelle** - *évalué par quiz et étude de cas*
- **Appliquer une routine de régulation corporelle de 5 minutes adaptée à son poste** - *évalué par mise en pratique observée*
- **Choisir et appliquer une technique de régulation corporelle, respiratoire ou cognitive adaptée à une situation de tension** - *évalué par mise en situation*
- **Exprimer une difficulté, un besoin ou une limite de façon factuelle et accueillir celle d'un collègue** - *évalué par jeu de rôle avec grille d'observation*
- **Formaliser un plan d'action individuel de trois actions datées et des engagements d'équipe** - *évalué par plan d'action rédigé*

Moyens pédagogiques et techniques

- Méthode : apports courts, restitution collective du questionnaire CorpSocial du groupe, études de cas, travail en sous-groupes, jeux de rôle, pratique corporelle guidée
- Supports : fiches d'exercices (routine de régulation), carte des ressources, plan d'action et fiche d'engagement remis à chaque stagiaire ; bilan de session remis à l'entreprise
- Matériel : salle fermée, 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

Résultats 2026 (au 16/11/2026) : 100 % de stagiaires satisfaits ; 100 % de clients satisfaits. Calcul : satisfaction = part des répondants au questionnaire à chaud ayant donné au moins 4 sur 5. Acquis évalués par le questionnaire climat social avant / après.

PROGRAMME - 9 h 30 en 3 ateliers

Séquence	Durée	Contenus	Méthodes	Objectif
Atelier 1 - Accueil et positionnement	20 min	Cadre, objectifs, modalités d'évaluation ; positionnement amont	Tour de table, questionnaire	-
Atelier 1 - Identifier	3 h 10	Cinq piliers CorpSocial ; restitution des résultats du questionnaire du groupe ; signaux faibles prioritaires et facteurs de travail ; routine de régulation de 5 minutes	Apport interactif, étude de cas, pratique guidée	1, 2
Atelier 2 - Réguler	3 h	Retour sur les pratiques testées ; techniques de régulation corporelle, respiratoire et cognitive ; exprimer et accueillir une difficulté ; carte des ressources	Pratique guidée, jeux de rôle	3, 4
Atelier 3 - Ancrer	2 h 40	Bilan des pratiques ; routine de prévention et indicateur de suivi ; engagements d'équipe et remontées à l'encadrement ; plan d'action individuel	Travail en sous-groupes, travail individuel	2, 5
Évaluation et clôture	20 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 :

- Repérer les signaux faibles prioritaires du collectif et les relier à leurs facteurs de travail, sans interprétation individuelle
- Appliquer une routine de régulation corporelle de 5 minutes adaptée à son poste
- Choisir et appliquer une technique de régulation corporelle, respiratoire ou cognitive adaptée à une situation de tension
- Exprimer une difficulté, un besoin ou une limite de façon factuelle et accueillir celle d'un collègue
- Formaliser un plan d'action individuel de trois actions datées et des engagements d'équipe

LIVRABLES REMIS

FICHES D'EXERCICES	BILAN DE SESSION	« MON PLAN D'ACTION »
Routine de régulation de 5 minutes et carte des ressources - destinataire : stagiaire	Participation, progression, résultats et recommandations collectives, environ 2 semaines après - destinataire : entreprise	Trois actions datées et engagements d'équipe - destinataires : stagiaire et entreprise

CE QUE LA FORMATION APPORTE

POUR L'ENTREPRISE	POUR LE STAGIAIRE
• S'inscrit dans les principes généraux de prévention (articles L.4121-1 et L.4121-2 du Code du travail). • Une mesure collective avant et après : le questionnaire CorpSocial du groupe est passé deux fois, en amont et en aval. • Une action traçable, intégrable au plan d'actions du document unique.	• Repérer tôt ses signaux d'alerte. • Une routine de régulation applicable au poste. • Des outils pour exprimer une difficulté et savoir vers qui se tourner.

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