

TRANSTORNOS PSÍQUICOS NO TRABALHO

BIPOLARIDADE, DEPRESSÃO, TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

Para gerentes e profissionais de RH confrontados com transtornos psíquicos no ambiente profissional

Compreender, reconhecer e acompanhar os transtornos psíquicos para uma inclusão real e duradoura

Duração : 4 horas	Módulos : 4 módulos
Lições : 16 lições	Público : Gerentes e profissionais de RH
Formato : 100 % online, assíncrono	Organismo : N° 11757351875
Certificação : Qualiopi	Preço : Sob orçamento

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descrição da formação

Esta formação de 4 horas é destinada a gerentes e profissionais de RH confrontados com transtornos psíquicos, a primeira deficiência reconhecida na França e ainda amplamente tabu. Ela vai além dos medos e dos estereótipos para oferecer uma compreensão clara da depressão, da bipolaridade e dos transtornos de ansiedade no contexto profissional. Você vai aprender a reconhecer as manifestações sem fazer um diagnóstico, a reagir sem superproteger nem discriminar, e a criar as condições para uma manutenção no emprego sustentável. Através de situações práticas e exercícios concretos, você desenvolverá as competências para fazer da inclusão uma força da equipe.

Resumo dos módulos

MODULE 1	Compreender os transtornos psíquicos no trabalho	4 lições
MODULE 2	Reconhecer as manifestações	4 lições
MODULE 3	Reagir e acompanhar	4 lições
MODULE 4	Manter no emprego e fazer viver a inclusão	4 lições

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Desconstruir os estereótipos e medos ligados aos transtornos psíquicos no trabalho
- Reconhecer os sinais de depressão, bipolaridade e transtornos de ansiedade sem diagnosticar
- Abordar o assunto com respeito e confidencialidade
- Implementar adaptações concretas e duradouras
- Gerir situações de crise com precisão
- Fazer viver a inclusão dentro da equipe

Informações gerais

Duração	4 horas
Público visado	Gerentes, profissionais de RH, responsáveis de equipe
Pré-requisitos	Nenhum
Tarifa	Sob orçamento – IVA não aplicável (artigo 261-4-4° do CGI)
Certificação	Qualiopi – Atestado de final de formação
Organismo	DYNSEO – N° de declaração de atividade: 11757351875

Lição 1 - O que são realmente os transtornos psíquicos

- O que não é: perigosidade, instabilidade permanente, incapacidade para trabalhar
- O que é: transtornos frequentes, muitas vezes invisíveis, que podem ser tratados e acompanhados
- Os números reais: prevalência, primeira deficiência reconhecida, subdeclaração maciça
- Por que o medo e a falta de conhecimento causam mais danos do que os próprios transtornos

Lição 2 - O peso do tabu e da estigmatização

- Por que os colaboradores escondem seu transtorno no trabalho
- O custo da máscara permanente sobre a energia e o desempenho
- Como o estigma agrava a situação e retarda o tratamento
- O que sua atitude como gerente muda concretamente para a pessoa

Lição 3 - Problemas, crise e estabilidade — sair das ideias preconcebidas

- A diferença entre uma pessoa em crise e uma pessoa estabilizada
- Por que a grande maioria dos colaboradores envolvidos trabalha normalmente
- O papel do tratamento, do acompanhamento e das fases na evolução de um transtorno
- O que diz respeito à esfera médica e o que diz respeito a você

Lição 4 - Situações — superar suas próprias representações

- Cenário 1: um colaborador revela um transtorno bipolar e você não sabe como reagir
- Cenário 2: você se pega evitando confiar arquivos a uma pessoa fragilizada
- Cenário 3: um boato circula na equipe sobre o estado psicológico de um colega
- Retorno reflexivo: quais são os seus reflexos, e quais precisam ser corrigidos

Lição 1 - A depressão no trabalho

- Os sinais que não se assemelham à tristeza: lentidão, retraimento, perda de impulso
- A fadiga, os distúrbios de concentração e seu impacto no trabalho
- Por que a depressão é frequentemente confundida com desmotivação
- Como reagir diante de uma pessoa cuja energia está desmoronando

Lição 2 - A bipolaridade no trabalho

- Compreender a alternância das fases e o que isso implica no dia a dia
- Reconhecer uma fase alta e uma fase baixa sem dramatizar
- Por que os períodos de estabilidade são a norma e não a exceção
- Como acompanhar sem vigiar nem infantilizar

Lição 3 - Os transtornos de ansiedade no trabalho

- Ansiedade generalizada, ataques de pânico, ansiedade social: o que isso muda no trabalho
- As situações profissionais que desencadeiam ou agravam a ansiedade
- Por que a evitação e o supercontrole são estratégias custosas
- Como reduzir a pressão sem reforçar a evitação

Lição 4 - Situações práticas — observar sem diagnosticar

- Exercício 1: distinguir um sinal de problema de uma dificuldade passageira
- Exercício 2: reconhecer o que diz respeito à adaptação e o que diz respeito ao cuidado
- Exercício 3: identificar seus próprios limites de observação
- Retorno concreto: sua postura de observação justa

Lição 1 - Abordar o assunto com respeito

- Como abrir uma conversa sem intrusão nem julgamento
- O que você pode dizer e o que você definitivamente não deve dizer
- Respeitar a confidencialidade e o ritmo da pessoa

- O que fazer se a pessoa não quiser falar sobre isso

Lição 2 - Implementar ajustes concretos

- Adaptações de horários, carga e ambiente: o que realmente ajuda
- Como construir as adaptações com a pessoa e não em seu lugar
- Articular as adaptações com o médico do trabalho
- Evitar as duas armadilhas: a superproteção e a indiferença

Lição 3 - Gerir uma situação de crise

- Reconhecer os sinais de uma situação que requer uma reação rápida
- Os primeiros reflexos: garantir a segurança, ouvir, orientar
- Quem alertar e como, sem dramatizar nem minimizar
- O que fazer após a crise para preparar o retorno

Lição 4 - Situações práticas — reagir com precisão

- Cenário 1: um colaborador confia sua depressão a você em uma reunião
- Cenário 2: você precisa adaptar um cargo sem que toda a equipe saiba
- Cenário 3: uma pessoa parece estar em grande angústia em uma manhã
- Retorno: as formulações que tranquilizam e que orientam

MODULE 4

Manter no emprego e fazer viver a inclusão

4 lições

Lição 1 - A manutenção no emprego que funciona

- Por que a manutenção no emprego é melhor do que a substituição
- Os dispositivos e atores que podem apoiá-lo
- Como preparar e acompanhar um retorno após uma longa ausência
- Ajustar o cargo de forma duradoura sem estigmatizar

Lição 2 - Gerenciar a dinâmica da equipe

- Como distribuir a carga sem criar tensões ou ciúmes
- O que dizer à equipe e o que manter em confidencialidade
- Desarmar as observações e os preconceitos dentro do coletivo
- Fazer da inclusão uma força da equipe e não uma obrigação

Lição 3 - Conhecer o quadro e suas responsabilidades

- O que a lei diz sobre deficiência psíquica e não discriminação
- Suas obrigações e proteções como gerente
- O papel do responsável pela deficiência, dos recursos humanos e da medicina do trabalho
- Onde termina seu papel e onde começa o dos profissionais

Lição 4 - Situações práticas — inscrever o acompanhamento na duração

- Cenário 1: você prepara o retorno de um colaborador após uma longa licença psicológica
- Cenário 2: a equipe expressa incompreensão em relação a adaptações
- Cenário 3: você constrói seu plano de acompanhamento
- Retorno: seu quadro de ação claro e duradouro

Modalidades pedagógicas

- Formação 100% online e assíncrona
- Acesso ilimitado durante 1 ano
- Vídeos, estudos de caso e exercícios práticos
- Atestado de final de formação