



STOP AUX RISQUES PSYCHOSOCIAUX AU TRAVAIL

Parlons-en !

Tout salarié ou employeur peut se retrouver exposé à des risques psychosociaux (RPS) au cours de sa vie professionnelle. Stress, harcèlement, agression au travail, burn-out... Nombreux sont les risques responsables d'une réelle souffrance pour les travailleurs. Mieux les comprendre et surtout en parler permet de diminuer leur impact. Mais à qui s'adresser ?

Découvrez plus d'informations sur les RPS et les interlocuteurs à privilégier lorsqu'on les subis.

RISQUES PSYCHOSOCIAUX, COMMENT LES DÉFINIR ?

« Les risques psychosociaux (RPS) sont des risques professionnels d'origine et de natures variées, qui mettent en jeu l'intégrité physique et la santé mentale des salariés et ont, par conséquent, un impact sur le bon fonctionnement des entreprises. On les appelle "psychosociaux" car ils sont à l'interface entre l'individu (le "psycho") et sa situation de travail (le "social"). »

Définition du Ministère du travail, des relations sociales et de la famille

Les principales causes sont le **stress**, les **violences externes** (insultes, incivilités, agressions...) et les **violences internes** (harcèlement moral ou sexuel, conflits exacerbés...).

Quelles obligations pour l'employeur et le salarié ?

- L'employeur est soumis à une **obligation générale de sécurité** (article L. 4121-1 du Code du travail). Il lui revient d'évaluer l'ensemble des risques, dont font partie les RPS, et de prendre les mesures nécessaires pour **assurer la sécurité** et **protéger la santé** physique et **mentale** de ses salariés.
- Le salarié **doit prendre soin**, en fonction de sa formation et selon ses possibilités, **de sa santé et de sa sécurité ainsi que de celles des autres** personnes concernées par ses actes ou ses omissions au travail (article L. 4122-1 du Code du travail).

LES SIGNAUX À REPÉRER

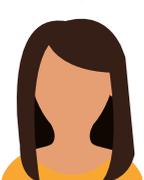
Je pleure souvent, j'ai tendance à me replier sur moi-même, j'ai de plus en plus de mal à coopérer.

J'ai du mal à me concentrer en ce moment, je commets souvent des erreurs et des oublis.

J'ai mal à la tête, je ressens des douleurs musculaires et articulaires, je fais des insomnies.

Tabac, alcool, somnifère... ça m'aide à "tenir le coup".

Je grignote beaucoup, ou au contraire, parfois, je n'ai plus d'appétit.



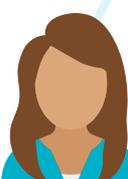
Angoisse, agressivité, tristesse



Baisse d'efficacité au travail



Problèmes de santé



Consommation de produits ou de médicaments



Changement du comportement alimentaire

LES CAUSES À EXPLORER

- **Changements permanents dans l'entreprise**
Modification d'organigramme, restructurations, délocalisations, plans sociaux
- **Rapports difficiles avec les collègues et/ou la hiérarchie**
Conflits, rivalité, mise en concurrence entre salariés, exclusion, traitements inéquitables, agissements à connotation sexiste ou sexuelle
- **Efforts non reconnus et manque de soutien**
Pas de remerciements, ni d'augmentation, manque de disponibilité et d'écoute, absence d'arbitrage
- **Surcharge de travail**
Manque de temps permanent, difficultés à atteindre les objectifs, empiètement sur la vie personnelle
- **Sentiment d'inutilité du travail**
Manque de sens, conflits de valeurs
- **Manque de marge de manœuvre**
Procédures rigides, prises d'initiative impossibles, pauses imposées
- **Travail émotionnellement éprouvant**
Décès de patients, personnes en détresse, clients agressifs...

64% des professionnels déclarent manquer d'autonomie dans leur travail



À QUI PARLER ET COMMENT PEUVENT-ILS AIDER ?

Tous les acteurs ne sont pas en mesure de déployer l'ensemble des actions ci-dessous.

LE COLLÈGUE



- Soutient face à une situation compliquée
- Donne son avis et aide à prendre du recul
- Fait prendre conscience que d'autres sont confrontés à la même situation
- Témoigne de la dégradation des conditions de travail si besoin

L'EMPLOYEUR, LE RESPONSABLE DES RESSOURCES HUMAINES ET/OU LE MANAGER



- Analysent les difficultés rencontrées et mettent en place des mesures d'amélioration des conditions de travail
- Adaptent l'activité et les missions du poste si nécessaire
- Orientent vers le Service de Prévention et de Santé au Travail
- Mettent en œuvre les recommandations du médecin du travail
- Effectuent une déclaration en cas d'accident de travail
- Informent et accompagnent les salariés dans la lutte contre le harcèlement et les agissements sexistes

LES REPRÉSENTANTS DU PERSONNEL



- Écoutent de manière confidentielle
- Conseillent et cherchent des solutions selon la situation
- Alertent le Service de Prévention et de Santé au travail ou les supérieurs sous réserve d'accord préalable
- Mènent ou participent à une enquête sur les conditions de travail dans l'entreprise
- Proposent des améliorations des conditions de travail



LE SERVICE DE PRÉVENTION ET DE SANTÉ AU TRAVAIL

- Évalue l'état de santé en lien avec le poste, tout en respectant le secret médical
- Réalise une étude de poste et des conditions de travail
- Propose des aménagements de poste si celui-ci n'est pas compatible avec l'état de santé
- Accompagne grâce à la Cellule Prévention de la Désinsertion Professionnelle
- Oriente vers un médecin traitant, un spécialiste, d'autres professionnels de santé en mesure d'aider selon la situation et/ou un assistant social
- Alerte l'employeur et les représentants du personnel



LE MÉDECIN TRAITANT

- Prend en charge le suivi médical
- Oriente vers un spécialiste, le médecin du travail, un psychologue et/ou l'assistant social
- Accompagne pour faire valoir les droits sociaux auprès de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie



L'INSPECTION DU TRAVAIL

- Écoute les difficultés tout en respectant le secret professionnel
- Informe des droits
- Enquête dans l'entreprise ou rappelle ses obligations à l'employeur si nécessaire
- Qualifie juridiquement les faits et décide des suites à donner



LES ORGANISATIONS SYNDICALES DE SALARIÉS OU ASSOCIATIONS D'AIDE AUX VICTIMES

- Informent et discutent des possibilités face à la situation
- Soutiennent et accompagnent dans les démarches



L'AVOCAT OU LE DÉFENSEUR DES DROITS

L'avocat représente la victime en justice tandis que le Défenseur des droits lutte contre les discriminations et favorise l'accès aux droits

- Fait valoir les droits
- Conseille et aide à constituer un dossier en vue d'une action judiciaire



LES SERVICES DE POLICE OU DE GENDARMERIE

- Enregistrent la plainte ou main courante en cas d'infraction prévu par le code pénal (attention au délais de prescription)
- Mènent une enquête

Vous ne vous reconnaissez pas dans ces situations ?

Alors vous êtes sûrement la personne qui peut **ÉCOUTER** ceux qui en ont besoin.

AU TRAVAIL, SOYONS ATTENTIFS AUX AUTRES !

MÉMO CONTACTS

Votre antenne Inspection du Travail





Associations d'aide aux victimes

AVAD - Marseille

APERS - Aix-en-Provence

 04 96 11 68 80

 04 42 52 29 00



Votre Service de Prévention et de Santé au Travail Interentreprises (SPSTI)

Centre AISMT13





SERVICES D'URGENCES : NUMÉROS À CONNAÎTRE

112

Numéro d'appel d'urgence Européen

15

SAMU

17

POLICE SECOURS

18

SAPEURS POMPIERS

3919

Violence femmes info

114

Numéro d'urgence personnes sourdes et malentendantes (SMS)



Flashez le QR code
pour retrouver
toutes les ressources
liées aux Risques
Psycho-Sociaux

SANTÉ
AU TRAVAIL

AISMT13

prévenir
les risques
professionnels