







# Les risques psychosociaux en entreprise

Une étude sur la santé au travail menée pendant deux ans par un réseau de médecins du travail dresse un portrait accablant des risques psychosociaux provoqués par le travail. D'après les résultats de cette enquête, 37% des femmes et 24% des hommes souffrent d'un mal-être profond. Un mal-être qui se caractérise par de l'anxiété, des symptômes dépressifs, des troubles du sommeil et des relations sociales. Le stress au travail est responsable de 50% à 60% de l'absentéisme au travail et de 30% des arrêts maladies (OMS 2007). Ils coûtent entre 0,8 et 1,6 milliards d'euros par an.

Une démarche de prévention collective semble donc indispensable qui consiste à agir directement sur l'organisation, les conditions de travail, et les relations sociales de travail.

Qu'est-ce que les risques psychosociaux ? Comment apparaissent-ils ?  
Quelles sont leurs manifestations ? Comment les prévenir ?

## OBJECTIFS

-  Diagnostiquer les risques psychosociaux
-  Prendre conscience des risques psychosociaux auxquels le travailleur peut être soumis
-  Savoir définir, repérer et prévenir les risques psychosociaux
-  Identifier les actions possibles pour prévenir et sortir des RPS

## PROGRAMME

### Les risques psychosociaux

L'INSERM propose une définition : "Les facteurs psychosociaux au travail désignent un vaste ensemble de variables qui se situent à l'intersection des dimensions individuelle, collective et organisationnelle de l'activité professionnelle, d'où leur complexité et leur caractère souvent composite »

### Les facteurs des risques psychosociaux au travail.

- Facteurs liés à la tâche ou liés au contenu même du travail à effectuer : *Fortes exigences quantitatives ou qualitatives ; Difficultés liées à la tâche et à son exécution*
- Facteurs liés à l'organisation du travail : *Absence de contrôle sur la répartition et la planification des tâches dans l'entreprise ; Imprécision des missions confiées ; Contradiction entre les exigences du poste ; Inadaptation des horaires de travail aux rythmes biologiques, à la vie sociale et familiale ; Nouveaux modes d'organisation ; Instabilité des contrats de travail*
- Facteurs liés aux relations de travail : *Manque d'aide de la part des collègues et/ou des supérieurs hiérarchiques ; Management peu participatif, autoritaire, déficient... ; Absence ou faible reconnaissance du travail accompli.*
- Facteurs liés à l'environnement physique et technique : *Nuisances physiques au poste de travail (bruit, chaleur, humidité...) Mauvaise conception des lieux et/ou des postes de travail (manque d'espace, éclairage inadapté...)*
- Facteurs liés à l'environnement socio-économique de l'entreprise : *Mauvaise santé économique de l'entreprise ou incertitude sur son avenir. Surenchère à la compétitivité sur le plan national ou international.*

### Identifier et comprendre les troubles psychosociaux

Les troubles physiques : *fatigue, mal de dos, troubles de la mémoire, digestifs du sommeil, etc.*  
 Les troubles émotionnels : *perte de confiance, irritabilité, dépression, réactivité excessive, etc.*  
 Les troubles comportementaux sociaux : *erreurs, retard, comportement agressif, harcèlement, addictions, suicide, etc.*

### Zoom sur

Le stress  
 Les violences internes et externes  
 Le harcèlement moral  
 Les addictions  
 Les troubles musculosquelettiques  
 Burn out  
 Souffrance au travail : dépression, anxiété, démotivation

**DUREE**

2 jours

**PUBLIC**

Toute personne concernée par les risques psychosociaux au travail : salarié, RH, chef de service, chef d'entreprise...

**Pré REQUIS**

Aucun

**EVALUATION**

Auto-évaluation de positionnement par entretien ou questionnaire.  
 Auto-évaluation des acquis de la formation par questionnaire amenant à une réflexion sur un plan d'actions.

**PEDAGOGIE**

Les techniques et outils utilisés sont issus de méthodes pédagogiques actives et pratiques.  
 Exposés théoriques.  
 Echanges entre professionnels,  
 Remise de supports pédagogiques.  
 Débats et clarifications de modèles théoriques.

Approche centrée sur les situations concrètes rencontrées par les participants.





Suite du programme...

Page 2 sur 2

### Démarche de prévention collective

Détecter et accompagner les collaborateurs ayant développé un trouble psychosocial  
Réfléchir aux attitudes adaptées et à adopter face à un collaborateur en difficulté.

La prévention collective ou prévention du risque à la source, s'inscrit dans la démarche globale de prévention des risques professionnels (articles L. 4121-1 à L. 4121-5 et R. 4121-1 à R. 4121-4 du Code du travail)

Les étapes de la démarche : Pré-diagnostic, Restitution des résultats...

### Définir une démarche stratégique pour répondre aux risques psychosociaux

Identifier dans mon périmètre d'action les facteurs de risques spécifiques

Quelles actions je dois mettre en place pour faire évoluer favorablement le contexte ?

Pour atteindre cet objectif, à quoi je dois renoncer ?

Quels sont les critères qui mesureront la réussite de mon objectif ?

### INTERVENANTS

Selon le thème de la formation, CQFD sélectionne un pédagogue possédant une expérience significative, une maîtrise opérationnelle et un profil particulier :  
sophrologue, psychologue, neuropsychologue, ergonomiste, ergothérapeute, senior manager, chef de cuisine, gouvernante, journaliste, animateur, ex-policier, etc...

### TARIFS

Inter-entreprises à Paris  
Intra-muros en France entière  
cliquez ici pour consulter sur notre site internet le calendrier et les tarifs

Vidéo de présentation

