

LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX | à destination des SALARIÉS



 Inclus dans votre **Offre sociale**

TROIS NOTIONS

Les risques psychosociaux RPS : stress, violences internes, violences externes

Les facteurs de RPS : organisationnels et individuels

Les troubles psychosociaux : impact sur la santé des salariés

DÉFINITION

"Les risques psychosociaux (RPS) seront définis comme les risques pour la santé mentale et physique engendrés par les conditions d'emploi et les facteurs organisationnels et relationnels susceptibles d'interagir avec le fonctionnement mental."

GOLLAC et BODIER

Particularité des RPS

Ils sont potentiellement présents dans tous les types d'environnement de travail et peuvent toucher tous types de salariés.

Obligations

L'évaluation et la prévention des risques professionnels, dont les RPS, sont des obligations pour chaque employeur.

1. Les risques psychosociaux

État de stress : déséquilibre entre la **perception** qu'une personne a des **contraintes** que lui impose son environnement et la **perception** qu'elle a de ses propres **ressources** pour y faire face.

Violences : peuvent se traduire par des insultes, des agressions physiques, psychiques, des conflits entre collègues, harcèlement... subis par un salarié dans le cadre de son travail.

Les **violences externes** émanent des personnes ou situations externes à l'entreprise.

Les **violences internes** correspondent à des violences au sein de l'entreprise.



21 rue de l'Industrie 67400 Illkirch-Graffenstaden
03 88 32 44 44

www.acst-strasbourg.com

Mars 2023 | Crédit photo : Canva

Scannez-moi et
retrouvez toutes
les fiches ACST !



PLUS D'INFOS

[RISQUES PSYCHOSOCIAUX \(RPS\)](#)

[ED 4700. Risques psychosociaux. S'informer pour agir.](#)

[Parlons travail](#)

2. Les facteurs de RPS

Plusieurs facteurs dans votre travail peuvent participer à la survenue de RPS. Des **facteurs individuels** propres à chacun : histoire de vie, expériences professionnelles, rapport au travail, personnalité... Des **facteurs organisationnels** découpés en **7 grandes familles**.

Intensité et complexité au travail

Fortes exigences psychiques, contraintes de rythmes, interruptions, modes d'organisation, concentration et vigilance dans le travail.

Horaires de travail

Durée hebdomadaire, horaires atypiques, conciliation entre vie privée et vie professionnelle.

Exigences émotionnelles

Nécessité de contrôler ses émotions, confrontation avec la souffrance d'autrui et les tensions avec le public.

Autonomie au travail

Possibilités données au salarié de gérer son temps de travail, son organisation.

Rapports sociaux au travail

Qualité des relations au travail entre collègues, avec son supérieur hiérarchique, soutien reçu et ambiance générale.

Conflits de valeurs

Adéquation entre les valeurs d'une entreprise et celle du salarié, la possibilité de fournir un travail de qualité, le sentiment de se sentir utile au travail.

Insécurité de l'emploi

Peur de perdre son emploi, contrats précaires, changements internes non maîtrisés.

3. Troubles psychosociaux

Les **impacts sur la santé** peuvent être importants ; ils résultent de l'exposition à un ou plusieurs facteurs de RPS.

Différentes manifestations sont possibles :

- **Troubles émotionnels** : nervosité, angoisse, anxiété, crises de larmes, mal-être généralisé...
- **Troubles intellectuels** : diminution de la concentration, trous de mémoire, augmentation des erreurs...
- **Troubles physiques** : douleurs musculaires et articulaires, troubles du sommeil, migraines, perturbation de l'appétit...
- **Troubles comportementaux** : agressivité ou retrait généralisé, augmentation du comportement addictif (caféine, tabagisme, alcool, drogues)...

À QUI EN PARLER ?

EN INTERNE



- **Direction des Ressources Humaines**
Favoriser le dialogue en interne
- **Encadrement de proximité**
Manager, chef d'équipe...
- **Représentants du personnel**
Écoute et conseil sur les problématiques
- **Service social d'entreprise**
- **Référent harcèlement**
- **Collègues**

EN EXTERNE



- **Médecin généraliste, spécialiste**
Écoute et orientation médicale
- **Service de prévention et de santé au travail**
Médecin du travail, psychologues, infirmiers, ergonomes...
Accompagnement du salarié orientation médicale, conseils en évaluation et prévention des risques auprès des salariés et des employeurs
- **Association d'entraide**
- **Consultation souffrance et travail**
<https://www.souffrance-et-travail.com/>