

[INFO RISQUE] Comment lutter contre les risques psychosociaux ?

Définition : qu'est-ce qu'un risque psychosocial ?

Le risque psychosocial est défini comme un risque pour la santé physique et mentale d'un salarié. Les principaux risques psychosociaux (RPS) que rencontrent les travailleurs sont :

- **Le stress**, lié aux difficultés d'atteindre les exigences demandées par l'entreprise,
- **Les violences internes** : harcèlement moral, sexuel et conflits majeurs,
- **Les violences externes**, rencontrées en dehors de l'entreprise par le salarié,
- **L'épuisement professionnel**, la pénibilité.

Ces risques ne sont pas indépendants et peuvent être **liés les uns aux autres**.

Pourquoi identifier les risques psychosociaux ?

Chaque entreprise a l'obligation de **préserver la santé au travail de ses salariés**. Dans une démarche de **prévention des risques professionnels**, identifier ces RPS permet de **diminuer les accidents du travail et maladies professionnelles** notamment, ainsi que l'absentéisme et le turnover. Cela améliore également le **climat de travail** et donc éradique les dysfonctionnements pénalisant la production.

Comment identifier les risques psychosociaux ?

En entreprise, il est d'usage de procéder à une **évaluation des risques** régulière, afin de créer ou de mettre à jour son **Document Unique**. En plus de ça, il peut s'avérer judicieux de **collecter certaines données** liées au fonctionnement de l'entreprise : **absentéisme, retards, conflits**, mais également des indicateurs liés à la **santé et sécurité** des salariés : **accidents du travail, troubles musculosquelettiques, violences**, etc. Ensuite, il faut **analyser** ces indicateurs pour objectiver les risques psychosociaux.

Comment lutter contre les risques psychosociaux en entreprise ?

Les risques psychosociaux touchent tout le monde. La **prévention du stress**, en comprenant l'environnement du travailleur, avant l'apparition des problèmes de santé, est une démarche importante permettant **d'améliorer les conditions de travail** des salariés et de réduire les risques psychosociaux. Au niveau de l'organisation du travail et du management, prendre le temps **d'écouter et de comprendre les facteurs gênants et à risques** améliore la **qualité de vie au travail**, favorise **l'implication des équipes** et augmente les performances de l'entreprise. Prévenir un risque psychosocial est une démarche accessible à chaque entreprise.

Quelles sont les conséquences des risques psychosociaux ?

Nous pouvons distinguer **deux types de conséquences** : un impact sur **la santé** selon l'intensité d'exposition à ces risques (troubles musculo-squelettiques, maladies cardiovasculaires, troubles anxieux, stress, troubles dépressifs, aggravation de maladies chroniques, etc.) et un impact sur **l'entreprise** et ses performances (augmentation de l'absentéisme, rotation du personnel, problèmes disciplinaires, dégradation de la productivité et du climat social, accidents du travail, etc.).



Liens utiles

[Comment lutter contre les risques psychosociaux ?](#)