



# Stress et risques psychosociaux

entre

prévention des risques professionnels  
et « gestion du stress »



# Stress et risques psychosociaux : Entre prévention des risques professionnels et « gestion du stress »

- Intervenants :
  - ❑ Hélène BARON
  - ❑ Bernard DEVIN
  - ❑ Nathalie GAUVRIT
  - ❑ Marie José BOULANGER

# Stress : de quoi parle-t-on ?

Définition de l'Agence européenne pour la sécurité et la Santé de Bilbao :

« Un **état de stress** survient lorsqu'il y a 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**.

Bien que le processus d'évaluation des contraintes et des ressources soit d'ordre psychologique, les effets du stress ne sont **pas uniquement de nature psychologique**. Il affecte également la santé physique, le bien-être et la productivité de la personne qui y est soumis. »



# Depuis le 6 mai 2009

## Les employeurs doivent assurer la sécurité physique et mentale des salariés

(arrêté d'extension du ministre du Travail sur l'A.N.I. du 2 juillet 2008)

- L'accord donne « un cadre » aux entreprises pour agir
- Il prévoit l'obligation pour l'employeur d'organiser des actions de diagnostic, de prévention et de réduction du stress
- Quatre domaines : l'amélioration de l'organisation, des conditions de travail, la formation des managers et des dirigeants à la prévention du stress et l'information des salariés.



# La notion de Risques Psychosociaux

- « Risques » : lien avec le travail et l'évaluation des risques professionnels
- « Psychosociaux » : la santé psychique se construit dans la combinaison des dimensions individuelles et collectives

**Stimulation**

**Pression**

**Risques  
Psycho-sociaux**

**Énervement**

**Fatigue**

**Stress**

**Charge  
mentale**

**Usure  
Burn out**

**Mal être**

**Harcèlement**

**Souffrance**

# La notion de Risques Psychosociaux

- Permet d'insérer **d'autres formes de difficultés de vécu au travail** qui ont des effets divers :
  - les violences au travail (internes et externes)
  - la souffrance au travail, mal-être, fatigue
  - le burn-out
  - les conduites addictives au travail
  - les harcèlements
- Permet de parler de **risques** et non d'effets
- Importance des **liens individu/collectif pour la construction de la santé**
  - le collectif peut contribuer à la santé (relations conviviales, reconnaissance, soutien)
  - le collectif peut dégrader la santé (conflits, exclusion...)
  - la santé se construit en relation aux autres

# Les 3 niveaux de prévention

**PREVENTIF**

**CURATIF**



<b>Prévention primaire</b> <b>Approche par l'organisation.</b>	<b>Prévention secondaire</b> <b>Approche collective</b>	<b>« Prévention » tertiaire</b> <b>Approche individuelle</b>
Identifier les situations de travail, afin de réduire, voire supprimer, les différents facteurs de risques	S'adapter à une situation qu'on ne peut empêcher. Agir sur leurs conséquences, apprendre à les « gérer »	Agir sur les dommages lorsque l'accident ou le drame est survenu, pour éviter la récurrence ou l'aggravation de la santé.