



Lorena Fernández
B. Ps., DESS en SST
Conseillère en SST

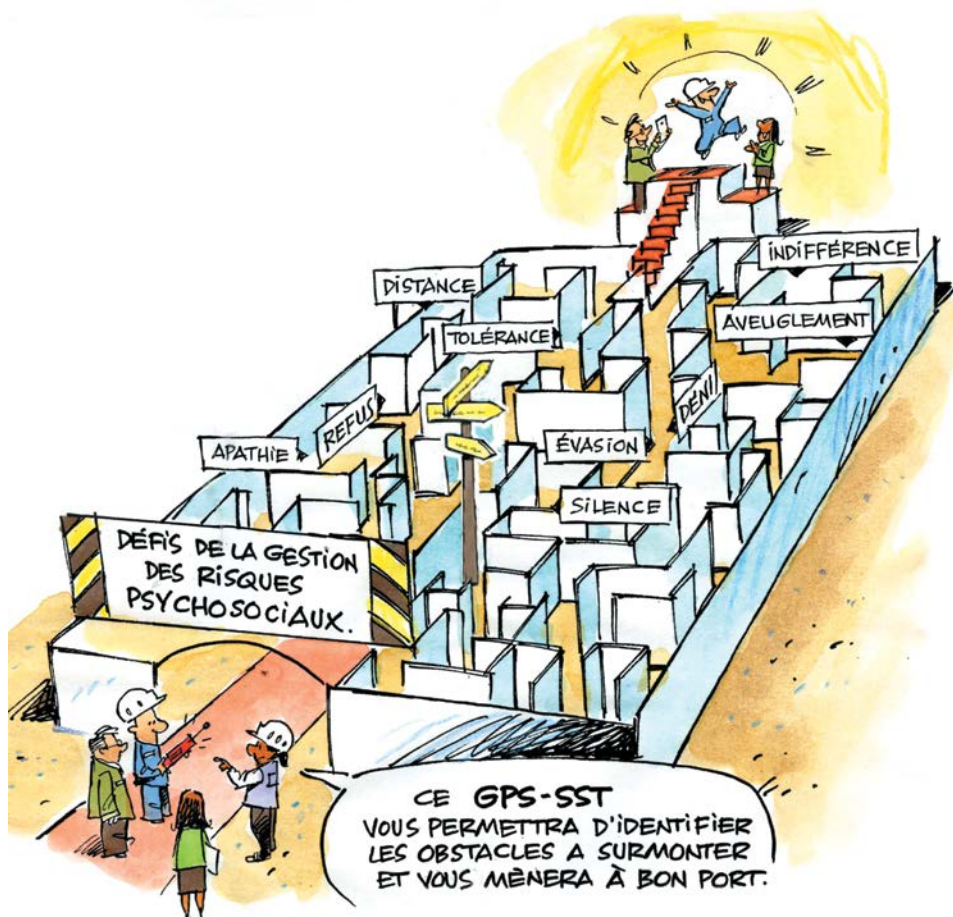
Gestion des risques psychosociaux : comment cela se passe-t-il trop souvent en réalité

Avant de plonger dans le vif du sujet, commençons par une question qui découle notamment de l'obligation légale pour tout employeur de protéger la santé psychologique des employés, survenue lors de l'entrée en vigueur de la Loi modernisant le régime de santé et de sécurité du travail. Que signifie donc le respect de la loi en matière de prévention des risques psychosociaux au sein de votre organisation? C'est une question qui suscite beaucoup d'interrogations mais, au fond, vous seul connaissez la réponse.

Dans le monde du travail, l'objectif de toute entreprise est de respecter ses obligations légales. Cependant, l'application variera selon le contexte présent dans chaque milieu. Certaines organisations ignorent encore l'existence de la nouvelle disposition obligeant à protéger la santé psychique. D'autres la considèrent comme un fardeau. Parfois, très peu de ressources y sont destinées et des efforts sont consacrés à minima, et ce, dans le seul but d'éviter les conséquences négatives en matière juridique, financière ou sociale, ou celles liées à la réputation.

En revanche, d'autres y voient l'occasion de susciter, de promouvoir ou d'améliorer le bien-être et la santé-sécurité des travailleurs et vont même au-delà du respect des exigences légales. Par exemple, ils mettent en œuvre les normes volontaires proposées par le Groupe CSA (« Santé et sécurité psychologiques en milieu de travail — Prévention, promotion et lignes directrices pour une mise en œuvre par étapes¹⁾ ») ou l'Organisation internationale de normalisation (« Management de la santé et de la sécurité au travail — Santé psychologique et sécurité au travail — Lignes directrices pour la gestion des risques psychosociaux²⁾ »).

Mais attention! Cet article ne vise pas à faire la morale à qui que ce soit. Dans un premier temps, il cherche plutôt à mettre la puce à l'oreille au sujet d'un faux ami peut-être est déjà installé au sein de votre organisation, et qui tente de faire obstacle à l'accomplissement de vos devoirs légaux et de compromettre la promotion de la santé mentale. Dans un second temps, cet écrit aspire à faire naître la motivation nécessaire pour contrer les risques psychiques en proposant divers outils et ressources. Ils sont présentés ci-après (page suivante) dans le Tableau 1, qui contient entre autres des éléments provenant d'un document phare de l'Organisation internationale du Travail (Annexe 1)³⁾.



UN ENNEMI SILENCIEUX RÔDE...

Peut-être le connaissez-vous déjà, mais vous n'osez l'admettre, ou vous n'avez pas encore remarqué sa présence; il n'est pas facile à saisir. Il s'agit d'un danger invisible qui s'installe furtivement, d'un ennemi sournois, impitoyable, aux multiples visages et aux formes diverses. Il se nomme ignorance,

passivité, évasion, indifférence, refus, silence, apathie, déni, aveuglement, distance, etc. Bref, il s'agit de la tolérance à l'égard des risques psychosociaux. Avec ses fidèles acolytes mentionnés précédemment, il rend captifs les différents acteurs de la SST (haute direction, questionnaires, comité SST, etc.), voire l'ensemble de l'organisation.

AGIR POUR AVANCER

Si cet ennemi polymorphe se trouve au sein de votre organisation, il faut en être conscient et s'en débarrasser rapidement, car ses pièges entraînent une kyrielle de conséquences négatives (maladies cardiovasculaires, dépression et anxiété, troubles musculosquelettiques, épuisement professionnel, suicide, etc.) qui nuisent non seulement aux employés et à leurs familles, mais aux entreprises et à la société en général.

Aucune organisation n'est à l'abri de cet esprit mal-faisant. Même s'il semble éradiqué ou maîtrisé, il réapparaît, car il se nourrit du « moindre effort » et se dissimule sous de bonnes intentions. Son dicton préféré pourrait se résumer ainsi : « Il n'est pire aveugle que celui qui ne veut pas voir. Il n'est pire sourd que celui qui ne veut pas entendre. »

OUTILS ET RESSOURCES DE GESTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Avant d'entreprendre une démarche de prévention des risques psychosociaux, on doit s'assurer que cet adversaire n'est pas déjà présent au sein de l'organisation. Si la situation est maîtrisée, alors c'est à vous de choisir l'outil approprié pour gérer et prévenir les risques. Vous trouverez ci-dessous, dans le Tableau 1, quelques options. Rappelez-vous qu'il n'existe pas de formule unique. Il faut savoir reconnaître celles qui s'adaptent le mieux votre réalité!

RÉFÉRENCES

1. GROUPE CSA. *CAN/CSA-Z1003-13/BNQ 9700-803/2013 (R2022) – Santé et sécurité psychologiques en milieu de travail — Prévention, promotion et lignes directrices pour une mise en œuvre par étapes*, [En ligne], s. d. [www.csagroup.org/fr/store/product/2704855/].
2. ISO. *ISO 45003:2021 – Management de la santé et de la sécurité au travail — Santé psychologique et sécurité au travail — Lignes directrices pour la gestion des risques psychosociaux*, [En ligne], 2021. [www.iso.org/fr/standard/64283.html].
3. ORGANISATION INTERNATIONALE DU TRAVAIL. *Stress au travail – Un défi collectif*, 4 avril 2016, 66 p. [www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466548.pdf/].

Tableau 1. Outils et ressources de gestion des risques psychosociaux

« Risques psychosociaux du travail »	
Description :	Large éventail de documents d'information sur les risques psychosociaux en milieu de travail.
Auteur :	Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) (Québec)
Adresse :	www.inspq.qc.ca/risques-psychosociaux-du-travail-et-promotion-de-la-sante-des-travailleurs/risques-psychosociaux-du-travail
« Outils de santé mentale pour les gestionnaires : Facteur psychosocial 10 – Engagement »	
Description :	Cet outil, disponible en anglais et en français, contient des conseils et ressources destinés à soutenir les gestionnaires dans leur gestion des risques psychosociaux et dans l'établissement de milieux de travail sains. Il est axé sur l'engagement des employés.
Auteur :	Gouvernement du Canada (Canada)
Adresse :	www.cspes-efpc.gc.ca/tools/jobajds/pf10-engagement-fra.aspx
« Outil d'identification des risques Prise en charge de la santé et de la sécurité du travail »	
Description :	Ce document aborde les risques psychosociaux et traite principalement de cet aspect dans l'Annexe 2, en page 4.
Auteur :	Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) (Québec)
Adresse :	www.cnesst.gouv.qc.ca/sites/default/files/publications/outil-didentification-des-risques.pdf
« Guide pour une démarche stratégique de prévention des problèmes de santé psychologique au travail »	
Description :	Cette publication présente des outils et des instructions pratiques orientant les acteurs clés des organisations qui souhaitent entreprendre une démarche de prévention précise et efficace des problèmes de santé psychologique au travail.
Auteur :	Université Laval / Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail (IRSST) (Québec)
Adresse :	www.irsst.qc.ca/media/documents/pubirsst/rg-618.pdf
« La santé psychologique au travail Éléments essentiels d'une démarche de prévention »	
Description :	Guide destiné aux différents intervenants engagés dans la mise en œuvre d'une stratégie de prévention des troubles de santé psychologique dans les milieux de travail du secteur de la santé et des services sociaux. La méthode peut être adaptée aux entreprises de toute taille et de toute nature.
Auteur :	Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail du secteur affaires sociales (Québec)
Adresse :	https://stccsmtl.ca/wp-content/uploads/2020/11/santepsy-guide-asstas.pdf

« Santé et sécurité psychologiques Évaluation des risques psychosociaux »	
Description :	Cet outil, présenté sous forme de fiches et accompagné de questions-réponses sur la santé et la sécurité psychologiques, vise à orienter et à guider les intervenants dans l'élaboration d'une stratégie d'évaluation des risques psychosociaux en milieu de travail. Il est disponible en anglais et en français.
Auteur :	Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail (Canada)
Adresse :	www.cchst.ca/oshanswers/psychosocial/mentalhealth_checklist_phs.html
« Par où commencer en matière de santé et sécurité psychologiques ? »	
Description :	Cette page Web décrit concrètement chacune des étapes indispensables pour améliorer la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail. Le site est décliné dans les deux langues officielles.
Auteur :	Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale (Canada)
Adresse :	www.strategiesdesamentale.com/ressources/par-ou-commencer-en-matiere-de-sante-et-securite-psychologiques
« Comment utiliser Protégeons la santé mentale au travail »	
Description :	Ce site, disponible en anglais et en français, contient des documents et ressources à télécharger sur les huit étapes d'évaluation de la sécurité de la santé psychologique au travail et la mise en œuvre des mesures pour améliorer la santé et la sécurité psychologiques.
Auteur :	Protégeons la santé mentale au travail (Canada)
Adresse :	www.psmt.ca/
« Le stress en entreprise »	
Description :	Cet outil Web propose, dans la plupart des langues helvétiques, dont le français, diverses méthodes pour combattre, gérer et prévenir le stress en milieu de travail.
Auteur :	Stressnostress.ch (Suisse)
Adresse :	https://stressnostress.ch/fr/le-stress-en-entreprise/
« Le kit pédagogique SOLVE: Intégrer la promotion de la santé dans les politiques de sécurité et santé au travail »	
Description :	Ce matériel didactique fait ressortir l'importance de la prévention des risques psychosociaux. Il comprend deux éléments (en français, en anglais ou en espagnol) à télécharger : le manuel du participant et le guide du formateur.
Auteur :	Organisation internationale du Travail (Suisse)
Adresse :	www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/training/WCMS_192989/lang--fr/index.htm
« La prévention du stress au travail: liste des points de contrôle »	
Description :	Ce manuel s'adresse aux employeurs et aux travailleurs. Il vise à analyser le stress au travail et décrit des points de contrôle faciles à implanter pour identifier les facteurs de stress d'origine professionnel et réduire leurs conséquences. Il est aussi disponible en anglais et en espagnol.
Auteur :	Organisation internationale du Travail (Suisse)
Adresse :	www.ilo.org/safework/info/instr/WCMS_233837/lang--fr/index.htm
« Guide électronique sur la gestion du stress et des risques psychosociaux »	
Description :	Ce guide du débutant traite de différents sujets en matière de risques psychosociaux au travail. Il est disponible dans plusieurs langues, mais non en français.
Auteur :	Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail (Union européenne)
Adresse :	https://osha.europa.eu/fr/tools-and-resources/e-guides/e-guide-managing-stress-and-psychosocial-risks