

Edito : L'entreprise vigilante

L'accord national du 26 mars 2010 incite les entreprises à mieux prévenir le harcèlement et la violence au travail. La prévention passe par une sensibilisation de tous les salariés et plus particulièrement des responsables hiérarchiques et par l'amélioration de l'organisation et des conditions de travail.

Aujourd'hui, l'entreprise se doit d'être vigilante. Elle est tenue d'évaluer, prévenir et réduire activement les risques psychosociaux.

D.L.

Conseil scientifique

Pr. Pierre-Michel Llorca, psychiatre, chef de service Psychiatrie de l'adulte, CHU de Clermont-Fd.

Dr. Brigitte Dubray, médecin du travail, médecin inspecteur régional à la Direction Régionale du Travail Auvergne.

Dr. Bernadette Rodier, médecin du travail, médecin de prévention du Rectorat de l'Académie de Clermont-Fd.

Dr. Marie-Christine RIOL, médecin du travail, médecin de prévention du Conseil Régional Auvergne.

Dr. Véronique Gabet, médecin du travail.

Mme Nathalie Bertron, chargée de communication.

lettre éditée par Espace
Investigation Prévention
Accompagnement du Stress (eipas)

Directeur de la publication :
Docteur Denise Lanoir
Tél.: 04 73 70 76 91

Psychologues : Sylvie Bournel,
Agnès Sabatier

Psychologue stagiaire : Vinciane Maume
Animatrice : Anne-Marie Héron



Comment évaluer les risques psychosociaux dans votre entreprise ?

Les risques professionnels sont, pour la plupart, objectivables et mesurables. Les risques psychosociaux, quant à eux, sont subjectifs et particulièrement complexes.

Il faut malgré tout les évaluer pour les combattre et les prévenir.

Dans les PME, EIPAS privilégie la méthode d'évaluation qui permet la plus grande fiabilité dans le minimum de temps.

Elle repose sur :

1. l'observation de l'activité
2. l'analyse d'indicateurs
3. les données recueillies lors d'entretiens. Les salariés qui participent à ces entretiens sont tirés au sort dans chaque unité de travail. Le contenu

des entretiens reste confidentiel. Seule leur synthèse est intégrée dans le rapport d'évaluation. Dans les entreprises de plus de 300 salariés, une enquête au moyen d'un questionnaire validé peut remplacer les entretiens avec les salariés.

Ces résultats sont ensuite consolidés par des entretiens et observations complémentaires.

Le rapport d'évaluation est toujours suivi de proposition de solutions d'amélioration. Pour être efficaces, ces mesures doivent être pilotées par le bon sens et s'appuyer sur les bonnes pratiques existant déjà dans l'entreprise.

D.L.

témoignage

Jean A.

J'ai appris l'existence du centre EIPAS par une amie. Je travaille depuis des années dans un cabinet d'études et depuis peu tout a été bouleversé. C'est très difficile pour moi car je suis d'un tempérament anxieux et j'aime tout programmer dans les moindres détails. La psychologue de EIPAS m'a aidé à mieux prendre conscience du présent, à me poser, à me concentrer sur aujourd'hui et à moins penser à demain. Je n'avais jamais pensé à cette possibilité. J'applique ce que j'ai appris à EIPAS et je vois qu'il n'est pas nécessaire de tout planifier. J'arrive mieux à faire face à tous les changements qui me sont imposés dans mon travail.

AMH

Maçon

Attention chantier : les riverains que nous sommes se plaignent d'avoir à changer de trottoir ou faire un détour. Pendant ce temps, sur le chantier, le maçon est contraint de se mouvoir et de manier les outils dans un espace très restreint. Les autorisations d'extension de chantier sont difficiles à obtenir. Le manque d'espace rend parfois impossible l'utilisation d'engins qui faciliterait leur travail.

Le port du casque et des chaussures de sécurité sont obligatoires, mais entravent les mouvements et protègent peu.



La pression psychologique est forte. La concurrence oblige à bâtir toujours plus vite. Les autres artisans (plombier, électriciens, carreleur...) commencent leur activité avant que celle des maçons ne soit finie. Les imprévus et les intempéries sont à gérer au quotidien. La chaleur oblige parfois à bousculer les horaires de travail. Un retard de livraison des matériaux ou une panne mécanique font perdre du temps qu'il faudra justifier à l'employeur.

L'évolution des techniques de construction oblige les ouvriers du bâtiment à savoir manipuler plusieurs types de matériaux.

suite page 2 >>>

Ils sont de plus en plus spécialisés (coffreurs, monteurs, dallagistes, finisseurs etc...). Mais ils doivent s'adapter au chantier et sont souvent amené à pratiquer d'autres spécialités que la leur.

C'est un métier manuel pénible qui fait appel à la force physique dans des conditions difficiles. Le risque d'accident est toujours présent. Il faut rester constamment vigilant.

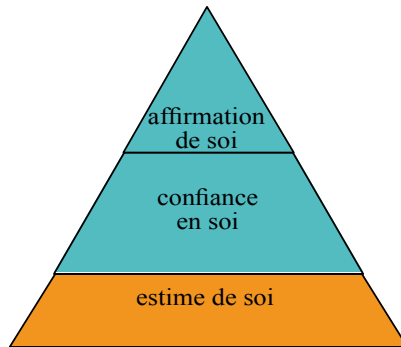
C'est un métier qui nécessite aussi beaucoup d'agilité intellectuelle : il faut recourir régulièrement aux mathématiques, que ce soit pour le cubage du béton, la lecture de plan, ou tout ce qui a trait à l'implantation du bâtiment (niveau, hauteur...). Pour un parking de 8 étages, sur une surface de 2000 m2, 990 pages de plans format A2 sont nécessaires !

C'est au prix d'efforts physiques importants dans des conditions difficiles et sous une forte pression psychologique que les massons créent nos espaces de vie, de travail ou de loisir.

V.M.

Estime de soi et activité professionnelle : liaisons dangereuses

L'estime de soi semble être la dimension fondamentale de notre personnalité, la plus impalpable et la plus complexe. Elle se définit comme un « regard-jugement » que l'on porterait sur soi même. Cette valeur que l'on s'accorde se construit dès l'enfance grâce aux nourritures affectives : le sentiment d'être aimé et compétent. C'est une dimension mobile, en évolution permanente, alimentée régulièrement grâce aux expériences.



par contre, si ce « regard-jugement » est plutôt négatif, cela va engendrer des souffrances qui vont perturber son quotidien.

Néanmoins, il semble que l'estime de soi ne puisse être négative dans sa globalité, mais plutôt dans des sous-domaines auxquels nous pouvons choisir d'accorder moins d'importance.

L'estime de soi

Par exemple, je ne suis pas douée en cuisine mais cette dimension n'est pas très importante pour moi, donc ce constat n'affecte pas mon estime de moi globale.

“ L'estime de soi passe par la connaissance de soi. ”

La vie professionnelle est une dimension différente, tellement valorisée socialement que souvent les individus se définissent en fonction de leur activité professionnelle : « je suis boulanger.. » au lieu de « je travaille en tant que boulanger ». Cette sur-valorisation du travail a de lourdes conséquences quand l'individu rencontre des difficultés ; car souvent, c'est la personne, au-delà de sa fonction qui est visée. Cela altère profondément et durablement l'estime de soi. De même pour les individus qui ne vivent qu'à travers leur travail. Le jour où il doivent s'arrêter brusquement ils ressentent un vide important.

Ainsi, on comprend la nécessité de protéger l'estime de soi. Cela passe par la mise en place de stratégies et surtout par la connaissance de soi. Au centre EIPAS, vous pourrez trouver des outils pour protéger l'estime de soi.

A.S.

Forum National

« Sport, Santé et Environnement en Entreprise »

Au cours du forum organisé le 11 juin dernier à Paris par la Fédération Française de Sport d'Entreprise, Le Docteur Isabelle Pivert, médecin de Prévention au Travail a rappelé l'effet protecteur de l'activité physique sur le stress au travail.

Une étude menée en France sur 3022 salariés en a apporté la preuve scientifique. Il n'est nul besoin d'une activité sportive intense pour réduire le stress. Une activité physique modérée est aussi efficace pour améliorer l'humeur, le contrôle des émotions face au stress et le bien-être.

L'exemple des pays scandinaves a été présenté par Jorna Slavona : en Finlande l'entreprise doit consacrer 400 € par salarié pour promouvoir l'activité physique et fournir les équipements nécessaires.

Le 4 juin 2010

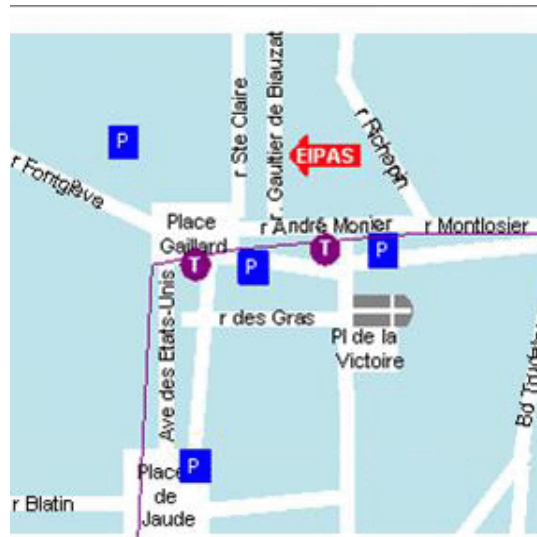
Vous êtes venus nombreux au stand EIPAS, place de Jaude à l'occasion de Courrir à Clermont

en partenariat avec l'association Etre et Savoir Prévention Santé

Les passants ont découvert les différentes ressources individuelles ou collectives de prévention du stress développées par EIPAS :

- accompagnement individuel
- groupe de parole
- accompagnement collectif en entreprise
- évaluation des risques psychosociaux
- formation inter et intra-entreprises

Ils ont aussi été invités à tester leur adaptabilité au stress par un test vidéo ludique : vous choisissez votre environnement préféré, safari, ou plage de rêve... et après quelques minutes de mesure, vous connaissez votre niveau de cohérence cardiaque, une technique innovante pour apprendre à gérer son stress.



horaires d'ouverture du secrétariat

du lundi au jeudi de 14 h à 18 h
16 E, rue Gaultier de Biauzat - 63000 Clermont-Fd
Tél. : 04 73 70 76 91

www.eipas.org