

Le Travail, c'est la Santé ?



Un travail qui a du sens, c'est...



Sens du travail et Santé psychologique

- Équilibre
- Énergie
- Capacité d'ajuster ses voiles
- Capacité d'avoir du plaisir
- Possibilité de se réaliser



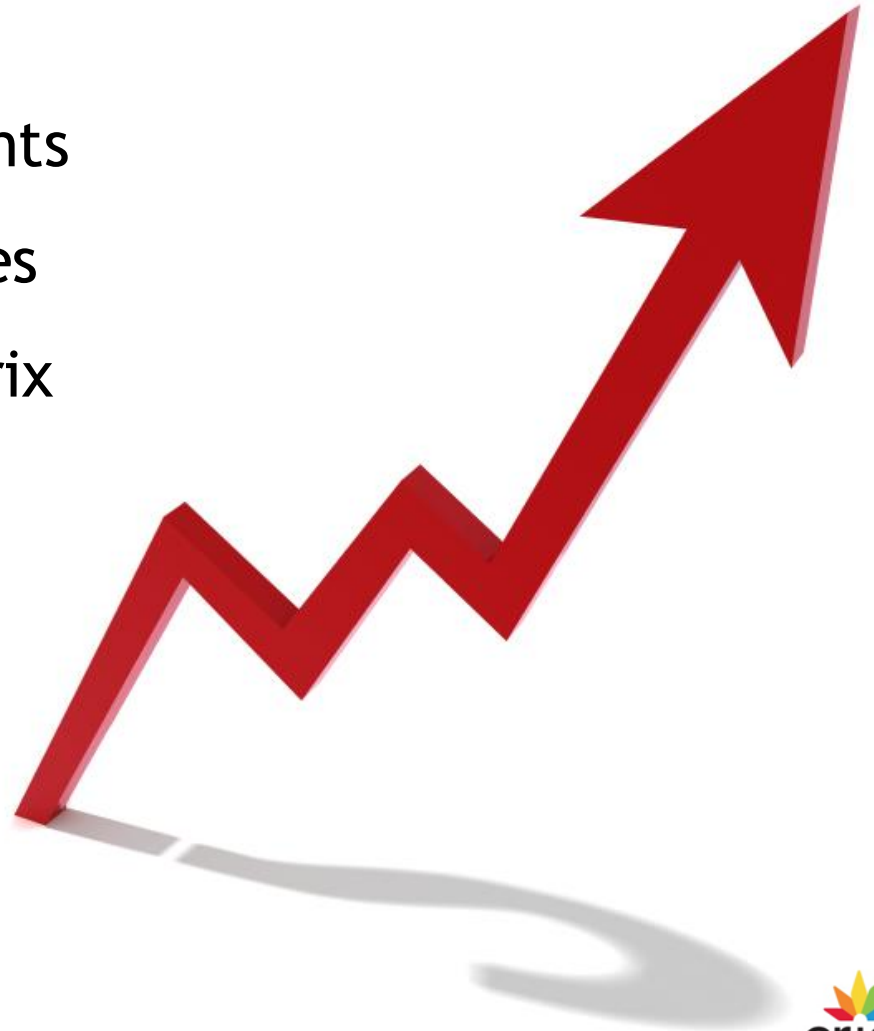
Une situation alarmante !?

- Au Canada
 - ▶ Pertes économiques : 51 milliards / année
- Au Québec : niveau élevé de détresse psychologique
 - ▶ 20 % de la population
 - ▶ 35 % secteur de l'industrie
 - ▶ 41 % secteur de l'éducation
 - ▶ 54 % secteur de la santé
- Pertes énormes !



Comment expliquer ?

- Les nombreux changements
- Les nouvelles technologies
- La performance à tout prix
- Les relations / le climat
- Charge de travail ????





- ▶ PAE
- ▶ Accommodations
- ▶ Retour progressif
- ▶ Entraide
- ▶



ATTENTION
DANGER
HAUTER DU PONT
Interdit d'accéder au pont
4000
Téléphone: 06 00 00

Prévenir

Trois leviers

- Appliquer les meilleures pratiques managériales
- Réduire les sources de stress
- Augmenter les sources d'énergie



Appliquer les meilleures pratiques managériales

1. Témoigner de la reconnaissance
2. Soutenir les employés-es
3. Instaurer une culture de respect
4. Faciliter la conciliation travail et vie personnelle
5. Contrôler la charge de travail
6. Encourager l'autonomie
7. Impliquer les employés dans les décisions
8. Clarifier les rôles et les responsabilités
9. Favoriser le travail d'équipe et la collaboration
10. Démontrer de la flexibilité et de la considération



Réduire les sources de stress

- Type d'emploi
- Contexte de travail
- Organisation du travail
- Climat de travail



Augmenter les sources d'énergie

- Autonomie / Soutien
- Projets stimulants
- Reconnaissance
- Esprit d'équipe
- Respect





Merci !

Mireille Doré
mireille.dore@criso.ca
514.893.0456