

Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale

Gracieuseté de la Canada Vie

Série
d'ateliers



Document du participant

Au programme – Protection psychologique
Favoriser la sensibilisation



Processus

- **Examiner** les règles à suivre pour avoir des discussions psychologiquement sécuritaires
- **Définir** la protection psychologique
- **Comprendre** comment la protection psychologique se traduit en milieu de travail
- **Trouver** des termes liés au concept de protection psychologique
- **Choisir** des gestes qui favorisent la protection psychologique
- **Vérifier** les critères à respecter pour apporter de véritables changements
- **Recommander** une idée à mettre en œuvre (un geste à adopter)



Discussions psychologiquement sécuritaires

- **Se concentrer** sur l'avenir et non le passé
- **Offrir** des suggestions d'amélioration constructives
- **Discuter** d'idées et non de personnes
- **Permettre** à chacun d'apporter sa contribution

« Un milieu de travail où l'on s'assure que les employés se sentent en sécurité sur le plan psychologique. »

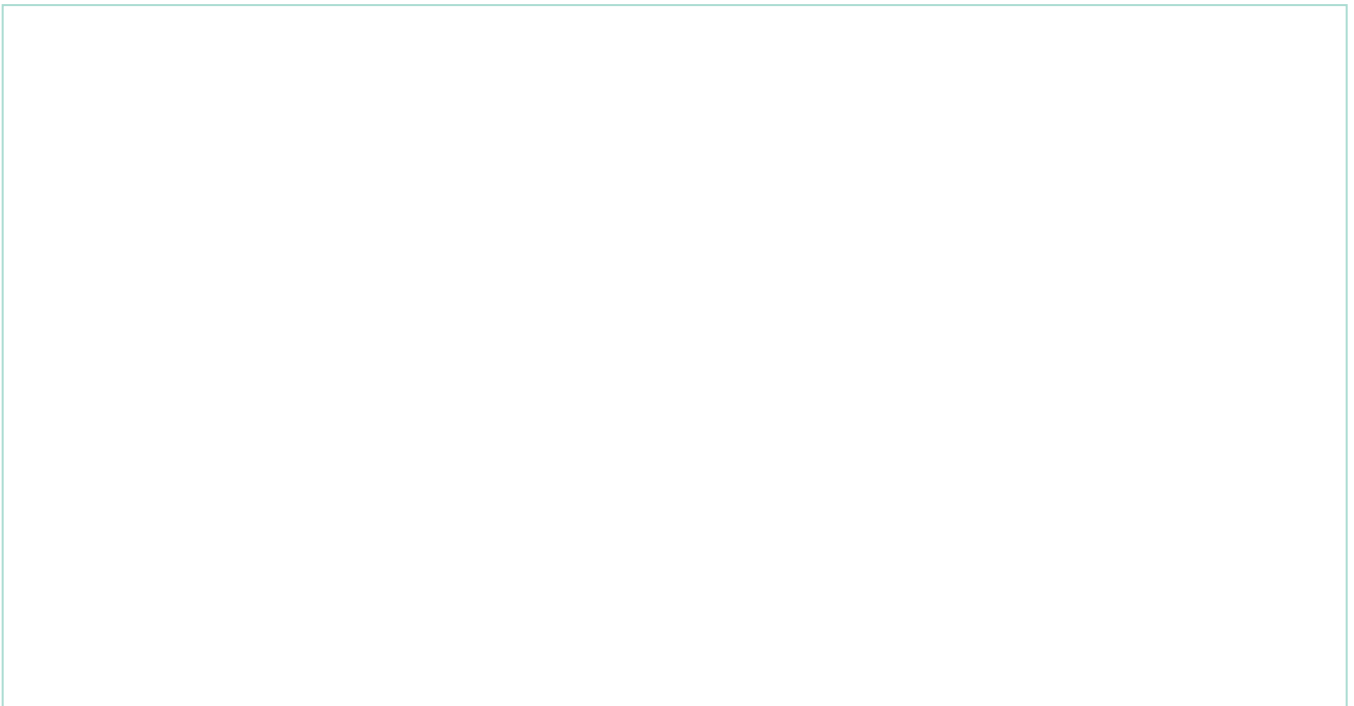
Les gens qui évoluent dans ce type d'environnement professionnel sont en mesure d'affirmer ce qui suit :

- Mon employeur cherche à réduire le stress inutile au travail.
- Mon employeur s'efforce de prévenir toute forme de discrimination pouvant nuire aux employés.
- Mon employeur prend les mesures nécessaires pour éviter que les comportements risqués des clients ou des patients causent du tort aux employés.
- Je considère que mon milieu de travail est sécuritaire sur le plan psychologique.
- Mon employeur gère efficacement les situations pouvant être menaçantes ou préjudiciables (p. ex. harcèlement, discrimination, violence) pour les employés.
- Mon employeur s'efforce de prévenir toute forme d'intimidation ou de harcèlement pouvant porter préjudice aux employés.
- J'ai la possibilité d'exprimer mes inquiétudes lorsque je crois que la sécurité psychologique est compromise dans mon milieu de travail.

Termes liés au concept de protection psychologique :

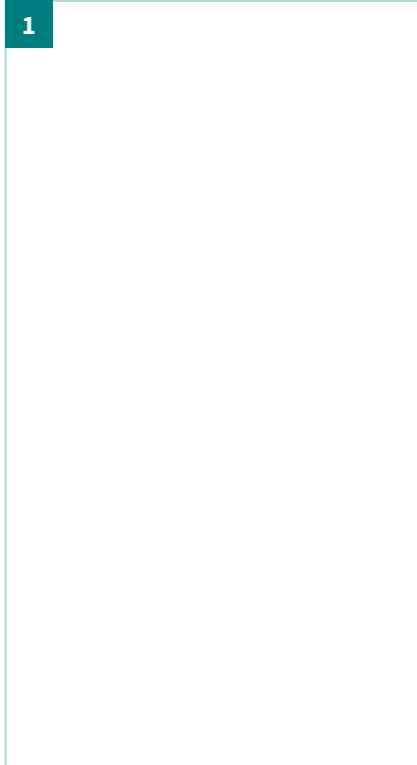


Gestes pouvant améliorer le niveau de protection psychologique :

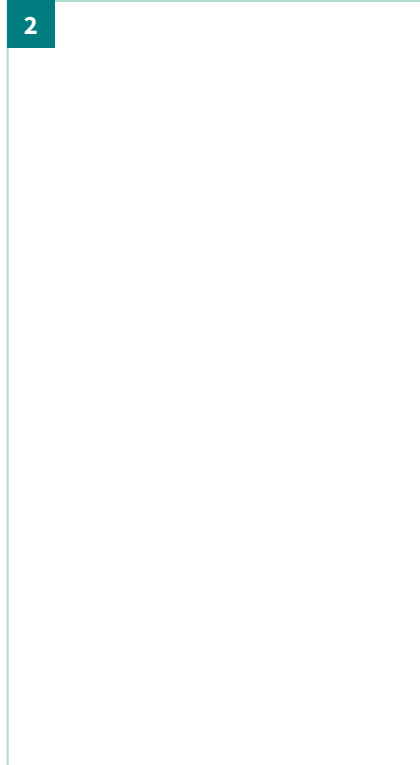


Les gestes qui me semblent les plus appropriés :

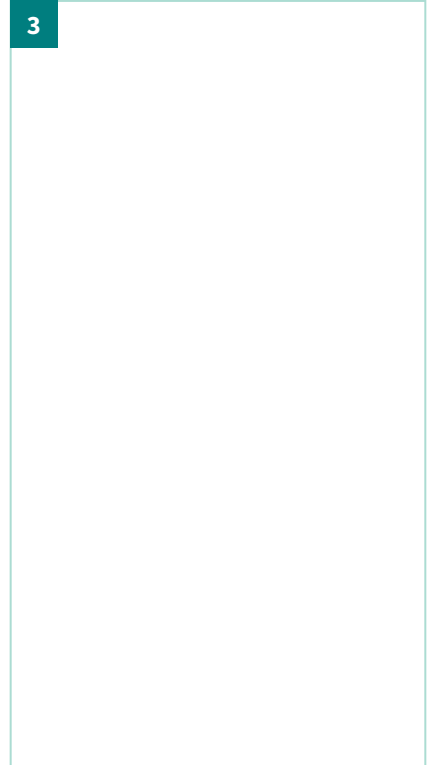
1



2



3



Critères à respecter pour qu'un geste soit efficace

Observable – nous pouvons être véritablement témoins du geste (il n'est pas seulement lié à une attitude ou à une émotion)

Measurable – nous pouvons évaluer les répercussions positives et négatives de ce geste

Raisnable – le geste sera approuvé par l'employeur, les employés et le syndicat, s'il y a lieu

Pertinent – il est logique de poser ce geste dans notre milieu de travail

Surmonter les obstacles éventuels

Si nous adoptons cette idée (ce geste), quels obstacles pourraient surgir et comment pourrions-nous les surmonter?

Obstacles éventuels	Solutions possibles

Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale

Gracieuseté de la Canada Vie

Les ressources de Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale sont :

- Offertes aux employeurs, aux leaders, aux employés et aux responsables de la santé et de la sécurité psychologiques en milieu de travail
- Disponibles en français et en anglais
- Fondées sur des données probantes ou sur la pratique
- Mises gratuitement à la disposition de tous



Voici des exemples de ressources que vous pouvez trouver à l'adresse strategiesdesantementale.com :

Gérer les réactions des collègues

Répondez efficacement aux préoccupations, aux craintes ou aux réactions de vos collègues, même si vous croyez qu'elles ne sont pas fondées. Vous contribuerez ainsi à rendre votre milieu de travail psychologiquement sécuritaire pour tous.

Prévention du harcèlement et de l'intimidation

Contrez la violence en milieu de travail et réglez les conflits non résolus entre collègues avant qu'une crise n'éclate.

Inclusion et discrimination

Trouvez des façons de faire ce qui suit :

- Aborder d'éventuelles situations de discrimination
- Promouvoir l'inclusion
- Créer un environnement où tous les employés sont encouragés à s'épanouir et à réussir

Enseignements autochtones en milieu de travail

Des aînés et des professionnels autochtones nous ont aidés à adapter les Sept enseignements sacrés et le Cercle d'influences pour que ceux-ci puissent être bénéfiques pour la culture organisationnelle et tous les employés.

Interactions psychologiquement sécuritaires

Utilisez ce diaporama, le guide de l'animateur et le document pour les participants pour encourager votre équipe à participer à un atelier qui vise à nous sensibiliser au fait que nos comportements peuvent parfois être interprétés comme de l'intimidation, bien que notre intention de départ soit tout autre.

Évaluation du leader psychologiquement sécuritaire

Cette ressource peut vous aider à cibler et à mettre en œuvre des stratégies de leadership qui sont psychologiquement sécuritaires pour vous et tous les leaders de votre organisation.

Résolution de conflit

Utilisez cette approche unique pour vous aider à résoudre de manière efficace les conflits, même lorsque la santé mentale est en cause. Les deux parties conservent leur dignité tout en changeant leur façon d'interagir l'une avec l'autre.

Évaluation du risque de violence

Utilisez ces questions modèles pour mieux évaluer le risque qu'une personne soit violente au travail.

Toutes les ressources du site Stratégies en milieu de travail sont accessibles à tous, sans frais, gracieusement de la Canada Vie. Pour en savoir plus, visitez le ssmcv.com.

