

Qu'est-ce que le concept de santé et sécurité psychologiques

Un nouveau concept a fait son entrée dans le domaine de la santé au travail : on parle maintenant de santé et sécurité psychologiques. Ce concept porte sur la protection de la santé psychologique des employés.



LE SAVIEZ-VOUS?

Un milieu de travail psychologiquement sain et sécuritaire est un milieu de travail qui favorise le bien-être psychologique des employés et qui ne porte pas atteinte à leur santé mentale par négligence ou insouciance, ou de façon délibérée.

La santé psychologique représente notre capacité de penser, de ressentir et de nous comporter de manière à pouvoir performer efficacement au travail, à la maison et dans la société en général. **La sécurité psychologique** est un peu différente – cette notion porte sur le risque de préjudice au bien-être mental auquel un employé peut être exposé.

L'amélioration de la sécurité psychologique d'un milieu de travail nécessite la prise des précautions nécessaires pour écarter les préjudices ou les dangers pour la santé psychologique des employés.

Il est important de noter que les problèmes de santé psychologique couvrent un large spectre, qui s'étend des difficultés psychologiques légères (manque d'entrain, problèmes de sommeil, inquiétude excessive), à une extrémité du spectre, aux troubles psychologiques graves (schizophrénie, trouble bipolaire, dépression sévère) à l'autre extrémité. Comme les problèmes de santé psychologique les plus répandus en milieu de travail sont des problèmes légers, ce sont eux qui sont majoritairement responsables des répercussions négatives sur les employés et l'employeur. Par conséquent, quand il est question de protéger la santé et la sécurité psychologiques, il ne s'agit pas seulement de réduire l'impact des troubles mentaux sévères, mais surtout de diminuer l'ampleur des problèmes psychologiques moins graves, mais dont les effets cumulatifs sur le milieu de travail sont très significatifs.