# Les risques psychosociaux du travail

Ce sont des facteurs de risques liés à l'organisation du travail, aux conditions de travail et aux relations entre collègues et supérieurs qui ont des effets sur la santé psychologique et physique.

## Violence

Elle peut se présenter sous plusieurs formes, dont physique, psychologique, conjugale, familiale ou à caractère sexuel.

## Harcèlement

Comportements ou paroles qui sont hostiles ou non désirés qui portent atteinte à la dignité ou à l'intégrité de la personne. Une seule conduite grave ou blessante peut être considérée comme du harcèlement si elle mène à des conséquences négatives et durables.

## Événement traumatique

Événement présentant une menace à la vie ou à l'intégrité physique ou psychologique de la personne, comme une menace de mort, une blessure grave, de la violence sexuelle, un décès, etc.

## Faible autonomie décisionnelle

Impossibilité d'exercer un certain contrôle sur le travail à réaliser et d'utiliser ou de développer ses habiletés.

## Charge de travail élevée

Quantité élevée de travail à accomplir, exigences mentales requises et contraintes de temps à respecter dans la réalisation d'un travail.

## Manque de soutien social

Pratiques de gestion qui limitent l'écoute, l'ouverture aux opinions et la disponibilité du supérieur pour son personnel. Manque d'esprit d'équipe, de cohésion dans le groupe, d'assistance et de collaboration de la part des collègues.

## Faible reconnaissance

Ne pas reconnaître les efforts et les réalisations au travail de façon sincère et authentique. La reconnaissance doit porter sur le travail et non sur la personne.

## Justice organisationnelle déficiente

Manque d'équité dans les politiques, les procédures et les décisions prises au travail.



**Vous faites face à l'une de ces situations?**

N'hésitez pas à en parler.

Pour plus d'information :
**santeautravail.qc.ca**

Source : INSPQ et CNESST

*Fier membre du*
Réseau de santé publique en santé au travail

Santé Québec

COM 2026-095