

■ Liste de contrôle //

Que sont les sollicitations psychiques et quels signaux d'alarme pouvez-vous observer en tant que dirigeant ?

<p>Que sont les sollicitations psychiques?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ L'ensemble de toutes les influences détectables exercées de l'extérieur sur l'être humain et qui agissent sur son psychisme. ▪ Les influences peuvent provenir de l'environnement du travail (p. ex. pression du temps, grandes responsabilités) ou de l'environnement privé (p. ex. problèmes familiaux, difficultés financières), les deux formes étant souvent combinées. ▪ L'élément décisif est ici la durée et l'intensité des atteintes. ▪ Leurs conséquences dépendent beaucoup des caractéristiques individuelles du collaborateur et des stratégies qu'il peut mettre en œuvre pour y faire face. ▪ Les sollicitations peuvent aussi avoir pour effet d'améliorer les performances. ▪ Elles ne se manifestent pas dans leur forme nuisible pour la santé si le collaborateur est dans des conditions favorables pour répondre aux exigences du travail.
<p>Quand faut-il se montrer particulièrement attentif?</p>	<p>Singularisation par rapport aux autres</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lorsque le comportement du collaborateur s'écarte de manière répétée de la « normalité », par exemple lorsqu'il n'apparaît plus à la pause-café. <p>Ecart de comportement par rapport à soi-même:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Par exemple : baisse soudaine des performances <p>Souffrance</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lorsque les acteurs (supérieur hiérarchique / collaborateurs) souffrent <p>Performances</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ En cas de détérioration des performances d'un collaborateur ou lorsqu'il ne parvient pas à atteindre des objectifs réalistes. <p>Atmosphère</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lorsque l'ambiance sur le lieu de travail se détériore; si l'atmosphère dans l'entreprise se dégrade <p>Durée</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Si les problèmes persistent sur une certaine durée <p>Discussion</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lorsque les acteurs disent qu'il y a un problème <p>Absences</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lorsque les maladies deviennent plus fréquentes
<p>Signes de souffrance manifeste</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Atmosphère pesante sur une assez longue durée, ▪ Plaintes permanentes et approche généralement négative des choses ▪ Ironie, sarcasme ▪ Bégaiement soudain ▪ Plaintes constantes au sujet de symptômes physiques auxquels le médecin ne trouve pas de cause ▪ Expression de grande anxiété ▪ Perte du coût de vivre

Signes de changements de comportement social	<ul style="list-style-type: none">▪ Insécurité▪ Retrait de la vie sociale▪ Impatience▪ Irritabilité excessive▪ Dérapage affectif▪ Agressivité
Signes de diminution des performances	<ul style="list-style-type: none">▪ Ralentissement du rythme de travail,▪ Baisse d'efficacité (p. ex. heures supplémentaires superflues)▪ Fléchissement de l'engagement,▪ Contrôle déficient de son propre travail, davantage de fautes,▪ Arrivées tardives répétées,▪ Absences fréquentes

Sources:

Karl-Th. Wenchel - Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz
UBGM – Für gesunde Unternehmen