

Pour les dirigeants :

Soutenir le bien-être des employés



Pour créer un lieu de travail sain, les employés et les gestionnaires doivent contribuer activement à l'environnement de travail en promouvant la sécurité et le bien-être de tous les employés. Un guide récent du Forum économique mondial suggère que les interventions devraient adopter une approche à trois volets :

- Protéger la santé mentale en réduisant les facteurs de risque liés au travail
- Promouvoir la santé mentale en développant les aspects positifs du travail et les forces des employés
- Traiter les problèmes de santé mentale, quelle qu'en soit la cause

Le guide met en évidence les mesures que les organisations peuvent prendre pour créer un lieu de travail sain, notamment :

- Sensibiliser à l'environnement de travail et à la manière dont il peut être adapté afin de promouvoir une meilleure santé mentale pour différents employés
- Apprendre des autres dirigeants, employés et organisations qui promeuvent le bien-être au travail

Associer les employés aux efforts visant à élaborer de meilleures politiques en matière de santé mentale sur le lieu de travail

- Améliorer la sensibilisation aux ressources en matière de santé mentale et de bien-être, telles que le Programme d'aide aux employés

Six facteurs de risque à surveiller sur le lieu de travail

Saviez-vous qu'un environnement de travail négatif est souvent à l'origine des problèmes de santé mentale des employés, de la consommation nocive de substances ou d'alcool, de l'absentéisme et de la perte de productivité? D'autre part, les lieux de travail qui favorisent la santé mentale et le bien-être sont plus susceptibles de réduire l'absentéisme, d'augmenter la productivité et de bénéficier des gains économiques qui en découlent.

Quels sont donc les facteurs de risque liés au travail pour la santé et le bien-être? En général, ils se répartissent en quelques catégories :

- Politiques inadéquates en matière de santé et de sécurité
- Mauvaises pratiques de communication et de gestion
- Participation limitée des employés à la prise de décision ou faible contrôle sur leur domaine de travail
- Faible niveau de soutien aux employés
- Horaires de travail rigides
- Tâches ou objectifs organisationnels peu clairs
- Brimades et harcèlement de la part de pairs ou de superviseurs

N'oubliez pas que votre Programme d'aide aux employés est également à la disposition des gestionnaires. Que vous ayez besoin de conseils, d'une aide pour concilier vie professionnelle et vie privée ou de toute autre ressource, nous sommes là pour vous aider à donner le meilleur de vous-même, au travail comme à la maison.

COMPSYCH®

Assistance en direct

Téléphone :

| TRS : Dial 711 | En ligne : guidanceresources.com

Application : GuidanceNowSM | Identifiant Web :

