

Facteur psychosocial 1

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE ET SOCIAL

Le **soutien psychologique et social** comprend tout le soutien et les interactions sociales qui ont lieu au travail, entre employés et gestionnaires, ainsi que la connaissance et la perception qu'ont les employés à l'égard du soutien que leur offre leur organisation.

Soutien psychologique et social : **par où commencer?****Agissez!**

Abordez la santé mentale avec votre personnel et la communication respectueuse au travail lors de votre prochaine réunion d'équipe, et encouragez le respect en faisant savoir aux autres que vous les appréciez.



Offrez de la formation pour aider votre personnel à déceler les problèmes de santé mentale et à soutenir les employés qui en souffrent (voir les cours énumérés sous la rubrique Ressources supplémentaires ci-dessous).



Invitez les employés à utiliser des ressources comme le Programme d'aide aux employés (PAE) de Santé Canada (disponible seulement pour les organisations inscrites) ou le PAE de votre organisation, et le bureau de l'ombudsman de votre organisation ou le Bureau de l'ombudsman pour les petites organisations.



Élaborez des programmes et des procédures, avec l'aide de votre conseiller en santé et sécurité au travail, afin d'aborder les risques pour la santé et la sécurité psychologiques propres à la profession.



Invitez un conférencier à raconter son histoire lors de votre prochaine activité d'équipe en soumettant une demande au Bureau des conférenciers fédéraux sur les milieux de travail sains.



Consultez les Lignes directrices en matière de gestion d'incapacité et discutez avec votre conseiller en gestion d'incapacité pour connaître la marche à suivre concernant le maintien en poste et les plans de retour au travail et ainsi aider les personnes qui restent en poste malgré leurs problèmes de santé mentale, et celles qui reviennent après une absence liée à un problème de santé mentale.

Ressources supplémentaires

- ♦ Cours de l'École de la fonction publique du Canada
 - ♦ La santé mentale : Sensibilisation (Z041); et
 - ♦ La santé mentale : Signes, symptômes et solutions (Z067)
- ♦ Cours de la Commission de la santé mentale du Canada – L'esprit au travail et Premier soins en santé mentale
- ♦ Ateliers dans le cadre du Programme d'apprentissage mixte (disponible seulement pour l'administration publique centrale)
- ♦ Les services offerts par des pairs (p. ex. les services de soutien par les pairs de la Commission de la santé mentale du Canada ou Peer Support Canada [disponible en anglais seulement])
- ♦ Le conseiller en médiation de votre organisation ou les services du Système de gestion informelle des conflits (SGIC)
- ♦ Site Web du Régime de soins de santé de la fonction publique (RSSFP) ou Financière Sun Life
- ♦ Défense nationale et les Forces armées canadiennes – Application En route vers la préparation mentale (RVPM)
- ♦ Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail – Fiche d'information Santé mentale
- ♦ Centre d'expertise pour la santé mentale en milieu de travail – Ressources pour les gestionnaires
- ♦ Soutien psychologique – Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale : guide de l'animateur, diaporama, vidéo à l'intention de l'animateur, vidéo à l'intention des participants

Pour évaluer chaque facteur psychosocial, vous pouvez utiliser la feuille de travail de l'examen organisationnel et l'outil d'enquête fournis par Protégeons la santé mentale au travail.

Élaboré en collaboration avec le Centre d'expertise pour la santé mentale en milieu de travail.