

STRESS AU TRAVAIL: un défi collectif



JOURNÉE MONDIALE DE LA SÉCURITÉ ET DE LA SANTÉ AU TRAVAIL
28 AVRIL 2016

QU'EST-CE QUE LE STRESS LIÉ AU TRAVAIL?

Pour l'OIT, le **stress** est la réponse physique et émotionnelle nocive causée par un déséquilibre entre les exigences perçues et les capacités et ressources perçues des individus pour faire face à ces exigences.

Le **stress lié au travail** est déterminé par l'organisation du travail, la conception du travail et les relations de travail, et se manifeste quand les exigences du travail ne correspondent pas ou dépassent les capacités, ressources ou besoins du travailleur, ou quand les connaissances ou les capacités d'un travailleur ou d'un groupe pour gérer les exigences ne correspondent pas aux attentes de la culture organisationnelle d'une entreprise.



LES CAUSES

Les facteurs liés au lieu de travail susceptibles de causer un stress sont appelés **dangers psychosociaux**.

L'OIT a défini les **facteurs psychosociaux** (danger psychosociaux) en 1984, comme «interactions entre le milieu de travail, le contenu du travail, la situation organisationnelle et les capacités des travailleurs, leurs besoins, leur culture et des considérations personnelles extraprofessionnelles qui peuvent, par l'intermédiaire des perceptions et de l'expérience, influencer sur la santé, le rendement et la satisfaction au travail».



EXEMPLES DE DANGERS PSYCHOSOCIAUX

CONTENU DU TRAVAIL

- environnement et équipement de travail;
- conception des tâches;
- Charge, rythme de travail;
- aménagement du temps de travail.

CONTEXTE DU TRAVAIL

- culture et fonction de l'organisation;
- rôle au sein de l'organisation;
- évolution de carrière;
- latitude décisionnelle, contrôle;
- relations interpersonnelles au travail;
- interface vie personnelle et vie professionnelle.



L'AMPLEUR DU PROBLÈME

- La **mondialisation** et les **transformations radicales** du monde du travail:
 - ➔ progrès technologiques, innovation et numérisation;
 - ➔ nouvelles formes d'organisation du travail et restructurations;
 - ➔ nouvelles formes d'emploi et de relations de travail;
 - ➔ exigences et charge du travail accrues;
 - ➔ changements démographiques et vieillissement de la population active;
 - ➔ manque d'équilibre entre vie professionnelle et vie privée.
- Les **crises** et **récession économiques** mondiales:
 - ➔ chômage, insécurité de l'emploi et emploi précaire.



IMPACT DU STRESS SUR LA SANTÉ, LA SÉCURITÉ ET LE BIEN-ÊTRE DES TRAVAILLEURS

L'impact du stress varie selon la façon dont chacun y répond.

Des niveaux de stress élevés peuvent contribuer à une détérioration de l'état de santé ainsi que à des comportements d'adaptation nocifs pour la santé.

TROUBLE DE LA SANTÉ

- maladies cardio-vasculaires;
- troubles musculo-squelettiques (TMS);
- burnout;
- dépression et anxiété;
- suicide.

COMPORTEMENTS D'ADAPTATION

- alcoolisme et abus de drogue;
- tabagisme accru;
- alimentation peu équilibrée;
- exercice physique insuffisant;
- problèmes de sommeil.



IMPACT DU STRESS SUR LA PRODUCTIVITÉ ET COÛTS ÉCONOMIQUES

Les **dangers psychosociaux** et le **stress lié au travail** peuvent entraîner:

- ➔ un absentéisme et un présentéisme accrus;
- ➔ une baisse de motivation, de satisfaction et d'investissement;
- ➔ une rotation des effectifs et une volonté de démissionner;
- ➔ une performance réduite (baisse de l'efficacité et de la précision).

Tous ces problèmes affectent la **productivité**, la **compétitivité** et l'**image publique** de l'entreprise.



LE CADRE JURIDIQUE ET LA PRATIQUE

La **prévention** des risques psychosociaux et la **protection** de la **santé mentale** des travailleurs peuvent être adressées par:

- des **instruments juridiques contraignants**, comme
 - les normes internationales du travail → instruments juridiques de l'OIT qui définissent les principes et les droits minimums au travail;
 - les normes régionales → déclarations, directives et autres instruments adoptés par des institutions régionales;
 - les législations nationales → codes du travail, lois sur la SST et réglementations spécifiques relatives à la SST;
 - les conventions collectives → accords des partenaires sociaux qui complètent ou vont au-delà des normes énoncées dans la législation pour le bénéfice des travailleurs représentés pendant la négociation;
- des **normes et outils non contraignants** en prônant une action harmonisée pour la prévention et le contrôle des risques psychosociaux et du stress lié au travail au niveau national et de l'entreprise (normes techniques, lignes directrices, protocoles, outils d'intervention, matériels de formation) .



NORMES INTERNATIONALES DU TRAVAIL

Convention (n° 155) sur la sécurité et la santé des travailleurs, 1981 et rec. (n° 164)

➔ adoption et application d'une politique sur la SST en vue de protéger la **santé physique et mentale** des travailleurs, à travers l'adaptation des machines, des matériels, du **temps de travail**, de l'**organisation du travail** et des **procédés de travail** aux **capacités physiques et mentales** des travailleurs.

Convention (n° 161) sur les services de santé au travail, 1985 et rec. (n° 171)

➔ rôle et fonctions des services de santé au travail en aidant les employeurs, les travailleurs et leurs représentants à établir et maintenir un lieu de travail sûr et salubre, y compris l'**adaptation du travail aux capacités des travailleurs** pour faciliter une **santé physique et mentale** au travail optimale.

Convention (n° 187) sur le cadre promotionnel pour la sécurité et la santé au travail, 2006 et rec. (n° 197)

➔ exigences et fonctions d'une structure nationale, des institutions pertinentes et des parties prenantes chargées de mettre en application une politique aux niveaux national et de l'entreprises, ainsi que de développer une **culture de prévention en matière de SST**.



NORMES RÉGIONALES

Directive-cadre relative à la sécurité et la santé au travail, 1989 (UE)

➔ les employeurs doivent assurer la santé et la sécurité des travailleurs dans **tous les aspects** liés au travail.

Directive concernant les prescriptions minimales de sécurité et de santé relatives au travail sur des équipements à écran de visualisation, 1990 (UE)

➔ les employeurs doivent évaluer les conditions de sécurité et de santé, notamment en ce qui concerne les risques pour la vue et les problèmes physiques et de **stress mentale**.

Déclaration sociale et du travail, 1998 (MERCOSUR)

➔ les travailleurs ont le droit à la protection de leur **santé physique et mentale**.

Instrument andin sur la sécurité et la santé au travail, 2004 (Communauté andine)

➔ la **gestion et organisation du travail** et les **facteurs psychosociaux** sont inclus dans la définition de «conditions de travail».

Directive relative à la prévention des blessures par objets tranchants dans le secteur hospitalier et sanitaire, 2010 (UE)

➔ les employeurs doivent assurer la sécurité et la santé des travailleurs dans tous les aspects liés au travail, **facteurs psychosociaux** et **organisation du travail** compris.



LÉGISLATIONS NATIONALES

Les législations nationales peuvent inclure la **prévention** des risques psychosociaux et du stress lié au travail et la **protection** de la santé mentale et du bien-être des travailleurs dans:

- le cadre de lois et réglementations relatifs à la SST;
- les objectifs des organismes de SST;
- la définition de «santé», «maladie» ou «blessure»;
- les objectifs de la santé au travail ou de la médecine du travail;
- des réglementations spécifiques sur les risques psychosociaux;
- les obligations de l'employeur ou les droits du travailleur;
- l'évaluation et gestion des risques;
- l'information et la formation;
- les objectifs ou fonctions des services de SST (y compris la surveillance de la santé des travailleurs);
- des réglementations spécifiques sur la violence au travail et l'harcèlement psychologique (intimidation et persécution).



INCLUSION DES TROUBLES MENTAUX DANS LA LISTE DES MALADIES PROFESSIONNELLES DE L'OIT

Recommandation de l'OIT (n° 194) sur la liste des maladies professionnelles, 2002

La **liste de l'OIT** (mise à jour en 2010) inclut les troubles mentaux et du comportement

2.4. Troubles mentaux et du comportement

2.4.1. Etat de stress post-traumatique

2.4.2. Autres troubles mentaux ou du comportement non mentionnés à l'entrée précédente lorsqu'un lien direct a été scientifiquement établi ou déterminé par des méthodes conformes aux conditions et à la pratique nationales entre l'exposition à des facteurs de risque, résultant d'activités professionnelles, et le ou les trouble(s) mentaux ou du comportement dont le travailleur est atteint



INCLUSION DES TROUBLES LIÉS AU STRESS AU TRAVAIL DANS LES LISTES NATIONALES DES MALADIES PROFESSIONNELLES

Exemples de **troubles liés au stress** qui peuvent être inclus dans les listes nationales de maladies professionnelles:

- trouble de stress post-traumatique, TSPT;
- troubles mentaux, dépression;
- burnout;
- fatigue, maladies causées par une surcharge de travail;
- névrose, psychonévrose;
- troubles du sommeil, insomnie;
- dépendance à l'alcool;
- maladies dues aux facteurs psychosociaux ou au stress lié au travail.

Dans certains pays, les troubles mentaux liés au travail sont indemnisés par l'intermédiaire du **système complémentaire**, même s'ils ne figurent pas dans la liste nationale des maladies professionnelles.



STRATÉGIES POUR LA PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX ET LA PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE AU TRAVAIL

Plusieurs **organisations internationales**, **institutions régionales** et **autorités nationales** sont actives dans la prévention et la gestion des risques psychosociaux et la promotion de la santé mentale au travail, à travers la recherche et le plaidoyer, ainsi que la mise en œuvre des initiatives spécifiques.

Dans beaucoup de pays, les **inspections du travail** ont développé des orientations pour aider les inspecteurs à conduire leur évaluation des mesures mise en place par les employeurs pour gérer les risques psychosociaux.



STRATÉGIES ET INITIATIVES NATIONALES

Exemples des initiatives établies au niveau national par les Ministères du travail et d'autres autorités de SST, organismes de sécurité sociale, instituts de recherche, partenaires sociaux et associations de professionnels:

- inclusion des risques psychosociaux dans les **stratégies** et les **politiques nationales** de SST ou élaboration de stratégies nationales spécifiques sur la santé mentale;
- organisation des **campagnes de sensibilisation** au stress lié au travail et à la santé mentale au travail;
- développement des **recherches** sur les risques psychosociaux et le stress lié au travail;
- élaboration et publication des **lignes directrices** et **protocoles** pour la prévention et la gestion des risques psychosociaux et du stress lié au travail;
- création des outils spécifiques d'**évaluation et gestion des risques** et d'**intervention**.



TENDANCES GLOBALES

- Des **situations de travail** sont similaires dans les pays développés et ceux en développement mais les **approches** pour les traiter sont **différentes**.
- Les **politiques** et les **législations** sont encore fragmentées et se concentrent plutôt sur les comportements d'adaptation et les conséquences sur la santé. Toutefois, le développement des législations spécifiques a augmenté au cours des dernières années dans plusieurs pays.
- Les **données** nationales sur l'ampleur du problème qui pourraient influencer les politiques publiques sont encore insuffisantes dans les pays en développement. Des données globales ne sont pas disponibles. Peu de données régionales sont disponibles mais elles ne sont pas comparables.
- Il y a un intérêt croissant sur le stress lié au travail dans les pays en développement, en particulier sur la **recherche** et les **interventions** dans le lieu de travail.
- Dans certains pays développés et en développement, il y a une **confusion entre les termes «stress» et «risque psychosocial»**. Le stress lié au travail est souvent considéré comme un trouble ou une maladie et non pas comme le premier signe d'un problème.
- Une **approche globale** pour la prévention des risques psychosociaux et la sensibilisation sur leur impact sur la santé des travailleurs est encore peu répandue, et souvent n'est pas abordé de manière appropriée dans le lieu de travail.



UNE APPROCHE COLLECTIVE POUR PRÉVENIR ET CONTRÔLER LES CAUSES DU STRESS LIÉ AU TRAVAIL

- Mettre en œuvre des **mesures collectives d'évaluation et de gestion** des risques psychosociaux, de la même manière que pour les autres risques sur le lieu de travail.
- Adopter des **mesures collectives et individuelles de prévention et de contrôle** et engager les **travailleurs** et leurs représentants dans la mise en œuvre.
- Améliorer la **capacité d'adaptation** des travailleurs en augmentant leur **contrôle** sur les tâches.
- Améliorer la **communication organisationnelle**.
- Permettre la **participation** des travailleurs à la prise de décision.
- Créer des systèmes de **soutien social** pour les travailleurs dans le lieu de travail.
- Prendre en compte l'**interface** entre les conditions de **travail** et de **vie**.
- Évaluer les **besoins** de l'organisation en prenant en considération les **interactions** organisationnelles, individuelles et entre les individus et l'organisation lors de l'évaluation des exigences en matière de santé des travailleurs.



PRIORITÉS POUR L'ACTION FUTURE DE L'OIT

- Promouvoir la reconnaissance des dangers psychosociaux en tant que cause du stress lié au travail et d'autres troubles de santé dans les **politiques** et les **législations**.
- Encourager l'inclusion du stress lié au travail et des troubles mentaux associés dans les **listes nationales de maladies professionnelles** et soutenir l'élaboration des critères de diagnostic.
- Promouvoir l'incorporation des dangers psychosociaux dans les **mesures d'évaluation et de gestion des risques** et la mise en œuvre des **mesures collectives de prévention** (de la même manière que pour les autres risques) en adaptant l'organisation et les conditions du travail.
- Soutenir le développement des compétences pour la **recherche** et la capacité d'**intervention** dans les pays en développement.





JOURNÉE MONDIALE DE LA SÉCURITÉ ET DE LA SANTÉ AU TRAVAIL
28 AVRIL 2016

www.ilo.org/safeday

safeday@ilo.org