

La surcharge de travail, c'est un facteur de risque reconnu



C'est important de parler de la charge de travail et de souligner qu'elle est un facteur de risque car elle peut avoir un impact négatif sur la santé physique et psychologique des travailleuses et travailleurs du réseau de la santé et des services sociaux.

Elle ne se définit pas seulement par la quantité de travail à accomplir et par le temps disponible pour le réaliser. Il s'agit d'un concept beaucoup plus complexe, influencé par différentes variables (ex. : exigences intellectuelles et émotionnelles, complexité du travail, imprévus, demandes informelles, ...).

À tâche égale, elle peut être ressentie différemment d'un individu à l'autre, notamment en raison des risques psychosociaux (ex. : soutien du gestionnaire et des collègues, autonomie professionnelle, outils disponibles, ...).

Vos équipes locales ont été formées pour vous accompagner et vous guider dans votre démarche de dénonciation de surcharge de travail. Elles sauront vous outiller pour faciliter votre démarche!

Référence :

http://asstas.qc.ca/sites/default/files/publications/documents/OP/2017/op401026d_sant%C3%A9psy.pdf

Les facteurs de risque psychosociaux

La charge de travail est un facteur de risque parmi ceux liés à l'organisation du travail, aux pratiques de gestion, aux conditions d'emploi et aux relations sociales.

Les 6 principaux facteurs de risque psychosociaux sont :

1

La charge de travail

Elle réfère à la quantité de travail à accomplir, aux exigences intellectuelles requises et aux contraintes de temps à respecter dans la réalisation du travail.

2

La reconnaissance au travail

Elle fait référence aux différentes façons de reconnaître les efforts et les réalisations, qu'il s'agisse de rémunération, d'estime, de respect, d'équité, de sécurité d'emploi, ou encore de perspective de promotion.

3

Le soutien social du supérieur immédiat

Il se traduit par des pratiques de gestion qui favorisent l'écoute, l'ouverture aux opinions et la disponibilité du supérieur immédiat pour ses employé-e-s.

4**Le soutien social des collègues**

Il fait référence à l'esprit d'équipe et au degré de cohésion dans le groupe, de même qu'à l'aide et à la collaboration de la part des collègues dans l'accomplissement des tâches.

5**L'autonomie décisionnelle**

Elle fait référence à la possibilité d'exercer un certain contrôle sur le travail à réaliser et à la possibilité d'utiliser ou de développer nos habiletés.

6**L'information et la communication**

Cela fait référence aux moyens mis en œuvre par la direction pour informer et consulter le personnel sur le contexte et la vision de la direction.

Référence : <https://inspq.qc.ca/risques-psychosociaux-du-travail-et-promotion-de-la-sante-des-travailleurs/risques-psychosociaux-du-travail>

L'employeur a des obligations de prévention

Son devoir général est prévu à l'article 51 de la Loi sur la santé et la sécurité du travail. Il doit utiliser des outils et des moyens visant à contrôler et à éliminer les risques afin de protéger la santé physique et psychologique de ses employé-e-s.

Référence :

<http://legisquebec.gouv.qc.ca/fr/showdoc/cs/s-2.1>



Le ministère de la Santé et des Services sociaux a prévu dans son Plan d'action national visant la prévention des risques en milieu de travail et la promotion de la santé globale 2019-2023 que l'employeur produise et implante une stratégie d'intervention pour agir sur les risques psychosociaux.

Il est primordial que l'employeur inclue l'analyse des risques psychosociaux lors de l'identification des risques portant atteinte à la santé psychologique.

Référence :

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002354/>

Des enquêtes démontrent qu'il y a de nombreux avantages à mettre en place des actions préventives pour intervenir sur les facteurs de risques psychosociaux au travail.

Agir permet entre autres de :

- > protéger la santé physique et psychologique
- > favoriser la rétention et l'attraction
- > éviter les départs en absence maladie
- > améliorer le climat de travail et favoriser la qualité de vie au travail

Références :

http://asstsas.qc.ca/sites/default/files/publications/documents/Guides_Broch_Depl/santepsy-guide-web.pdf
<https://www.inspq.qc.ca/covid-19/formations/risques-psychosociaux-travail-pandemie>