



**MAL ÊTRE, TENSION
STRESS AU TRAVAIL
SENTIMENT DE HARCÈLEMENT**

que faire ?

La prise en charge des risques
psychosociaux au Département

Seine-Maritime



www.seinemaritime.net

La Direction Générale des Services, avec le concours de La Direction du Personnel et de la Direction Juridique et des Marchés met à votre disposition

Le dispositif « souffrance au travail »

→ Une écoute

→ Une équipe ressource mobilisée pour vous aider :

médecins de prévention, psycho-ergonome, assistantes sociales, infirmières du travail

→ Des actions et accompagnements ciblés :

- orientation vers le médecin du travail
- accompagnement psychologique
- interventions en milieu de travail
 - étude ergonomique
 - analyse des organisations de travail
 - groupes de paroles
 - médiation
- actions de formation
- accompagnement et protection juridique
- mesures administratives, si nécessaire.



Vous éprouvez un sentiment de mal être, de tension, de stress ou de harcèlement dans le cadre de votre travail.
Vous êtes en souffrance

Vous pouvez :

→ **Contactez la psycho-ergonome de la Direction du Personnel** pour une écoute puis, au besoin, un accompagnement et une orientation dans une démarche personnalisée.

02 35 03 53 21

Numéro commun à celui du dispositif agression

→ **Ou vous adresser à un psychologue externe** de l'Institut d'Accompagnement Psychologique et de Ressources au

0 805 072 237

Ligne disponible 24h/24 et 7j/7
Appel gratuit depuis un poste fixe
Le premier appel est anonyme.



Les risques psychosociaux recouvrent des phénomènes distincts qui peuvent porter atteinte à l'intégrité physique et à la santé mentale des agents :

→ Le stress

Il survient lorsqu'il y a déséquilibre entre la perception qu'une personne a des contraintes que lui impose son environnement et la perception qu'elle a de ses propres ressources pour y faire face.

→ L'épuisement professionnel

Il se caractérise par un épuisement physique, mental, émotionnel, un désintérêt profond pour le contenu de son travail et la dépréciation de ses propres résultats.

→ La violence au travail

La violence interne concerne un agent confronté à un mode de relation hostile provenant d'un ou de plusieurs acteurs internes, hiérarchiques ou non.

La violence externe concerne un agent exposé à une agression provenant d'un usager.

→ Le harcèlement

Il s'agit d'agissements répétés visant ou conduisant à une dégradation des conditions de travail susceptible d'altérer la santé physique ou mentale d'un agent, de porter atteinte à ses droits et à sa dignité ou de compromettre son avenir professionnel.

Ces éléments sont constitutifs de la souffrance morale au travail.