



« Avec sens » pour gérer les risques psychosociaux

De nos jours le monde du travail est assez brutal, il est parfois nécessaire de prendre du recul, pour trouver des solutions pour éviter ces moments de tensions intenses et ne pas arriver jusqu'au burn-out. C'est ce que propose « Avec Sens » et sa démarche de soutien et d'écoute proposés aux particuliers et aux entreprises.

Tout le monde est concerné par la souffrance au travail

Il est important de savoir que malgré les difficultés de chacun, que ce soit à titre individuel ou en tant que responsable d'une société, il existe des professionnels capable de limiter les risques psychosociaux en entreprise. Cette assistance peut prendre la forme d'un soutien, l'information, la sensibilisation, l'écoute de professionnels pour aider chacun à surmonter et résoudre ses difficultés au travail. Ceci donne de l'espoir car un récent sondage a dévoilé des chiffres inquiétants sur l'état des français au travail.

En effet, il ressort de ce sondage que le stress au travail touche un français sur quatre alors que le burn-out presque un français sur 9. Il est urgent d'agir avant que les risques psychosociaux dans le monde du travail n'atteigne les cas critiques.

Le télétravail et les risques psychosociaux

D'après certains chercheurs, le télétravail ou travail à distance pourrait entraîner des risques pour la santé physique et mentale des personnes. Le télétravail qui permet de travailler à la maison est apparu avec l'évolution des technologies. Le problème qui se pose est le fait de rester connecté en permanence et principalement en dehors des périodes de travail.

Afin de prouver leurs efficacités et la légitimité du travail à la maison, certaines personnes n'hésitent pas à mélanger vie privée et vie professionnelle. Le réel danger se situe à ce niveau, quand il n'y a

plus de cloisonnement entre le travail et la maison. L'utilisation abusive des nouvelles technologies de communications peut rapidement impacter la vie personnelle et entraîner une certaine servitude du télétravailleur. Pour la santé mentale et physique des personnes ayant la possibilité du télétravail, il est important de pouvoir déconnecter en dehors des périodes de travail, pour ne plus être dépendantes.

Le télétravailleur doit gagner son indépendance et ne plus avoir de sollicitation en dehors des heures travaillées. Le droit de déconnexion est inscrit dans le Code du Travail à l'article L 2242-17, il est important pour la santé des personnes travaillant à la maison d'en tenir compte pour éviter tout risques psychosociaux. D'où l'importance de faire une coupure totale dès que le temps de travail est terminé.