

Protégeons la santé mentale au travail – Qu’est-ce que c’est?

Protégeons la santé mentale au travail (PSMT) est un ensemble exhaustif de ressources uniques et gratuites, conçues pour protéger et promouvoir la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail. Les ressources de PSMT permettent aux employeurs d'évaluer efficacement et de résoudre des problèmes parmi les 13 facteurs psychosociaux reconnus comme ayant une forte influence sur la santé organisationnelle, la santé des employés et les résultats financiers. Des chercheurs du Centre for Applied Research in Mental Health and Addiction (CARMHA) de la Faculté des sciences de la santé de l'Université Simon Fraser ont créé PSMT en s'appuyant sur d'imposants travaux de recherche, incluant l'analyse d'échantillons nationaux, sur la révision des meilleures pratiques au plan national et international, ainsi que la jurisprudence et les lois canadiennes courante et en émergence.

PSMT est offert gratuitement à tous les employeurs, qu'ils soient grands ou petits, dans le secteur public ou privé. Les milieux de travail peuvent employer un vocabulaire différent pour décrire divers postes et fonctions. PSMT utilise les expressions « employé, « personnel », « superviseur », « direction » et « employeur ». Veuillez vous servir de celles qui conviennent à votre milieu de travail lorsque vous travaillez avec les **Ressources de PSMT** :

RESSOURCES DIAGNOSTIQUES DE PSMT

Les feuilles d'Examen organisationnel de PSMT : des feuilles d'Examen organisationnel sont fournies pour chacun des 13 facteurs psychosociaux. L'Examen organisationnel de PSMT est généralement effectué par le propriétaire de l'entreprise, un cadre supérieur ou un professionnel en ressources humaines. Il est utilisé en complément de l'Enquête de PSMT.

L'Exploration initiale de PSMT : l'Exploration initiale de PSMT est un questionnaire en 6 points, conçu par Dr. Martin Shain, qu'on fait remplir aux employés pour dresser un portrait instantané du stress ou de la satisfaction et de la culture de la santé mentale au travail. L'Exploration initiale de PSMT est une étape préliminaire à l'Enquête de PSMT, qui est plus approfondie.

L'Enquête de PSMT : l'Enquête de PSMT est un questionnaire détaillé de 68 questions qui est administré à tous les employés d'une organisation ou d'une même équipe de travail. L'Enquête de PSMT fournit un indice du rendement pour les 13 facteurs psychosociaux.

RESSOURCES D'ACTION DE PSMT

Le Rapport de PSMT : le Rapport de PSMT contient un sommaire visuel des Résultats de l'Enquête en ligne de PSMT qui aide à choisir les Réponses proposées par PSMT.

Les Réponses proposées par PSMT : les documents de Réponses proposées par PSMT offrent un éventail de mesures dont la valeur scientifique et l'utilité pratique ont été démontrées pour chacun des 13 facteurs psychosociaux.

Les feuilles de planification des actions de PSMT : les feuilles de planification des actions de PSMT prévoient un espace où l'on peut prioriser et planifier les détails liés aux actions sélectionnées à entreprendre pour chacun des 13 facteurs psychosociaux.

RESSOURCES D'ÉVALUATION DE PSMT

Les feuilles d'évaluation de PSMT : les feuilles d'évaluation de PSMT servent de canevas pour déterminer si les actions entreprises pour chacun des 13 facteurs psychosociaux ont été efficaces.

PSMT est une réponse aux obligations juridiques actuelles et aux nouvelles exigences prévues par les lois Canadiennes en ce qui concerne la protection de la santé mentale des employés et la promotion de la courtoisie et du respect en milieu de travail. De plus en plus, les normes juridiques exigent des employeurs la mise au point de stratégies globales pour assurer un milieu de travail psychologiquement sûr. Les employeurs bien avisés doivent élaborer des politiques et des programmes conformes à ces nouvelles normes juridiques.