

## Santé au travail : comment prendre soin des enseignants ?

### Pistes pour une démarche de prévention au niveau organisationnel

Journée du réseau suisse d'écoles en santé  
Collège de l'Elysée, Lausanne, 1<sup>er</sup> octobre 2014

Lysiane Rochat, PhD  
Psychologue spécialiste en santé au travail  
Ligues de la santé, Lausanne

1

### Facteurs de risques

- Surcharge ou sous-charge
- Interruptions
- Inadéquation objectifs / moyens
- Horaires difficiles
- Difficultés conciliation vie privée / prof.
- Tensions avec le public
- Confrontation à la souffrance
- Manque de soutien (collègues, hiérarchie)
- Manque de reconnaissance
- Qualité empêchée
- Insécurité
- Changements répétés
- Etc.

### Manifestations

- Etat de stress
- Burnout
- Fatigue
- Dépression
- Addictions, etc.
- Troubles musculo-squelettiques
- Maladies cardio-vasculaires
- Etc.

2

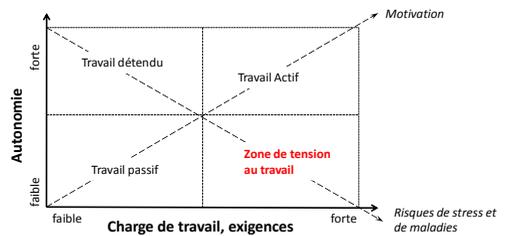
### Risques psychosociaux

« Risques pour la santé mentale, physique et sociale, engendrés par les conditions d'emploi et les facteurs organisationnels et relationnels susceptibles d'interagir avec le fonctionnement mental. »

Rapport du collège d'expertise sur les risques psychosociaux (France),  
Gollac & Bodier, 2011, p.31

3

### Charge de travail et autonomie (Modèle de Karasek, 1979)



4

### Reconnaissance

(Approche de la psychodynamique du travail)

- Jugement d'utilité  
« mon travail est utile socialement »,  
est émis par la hiérarchie et les usagers
- Jugement de beauté  
« je fais du beau travail »,  
est émis par les pairs

Reconnaissance sociale

Entrée dans le collectif

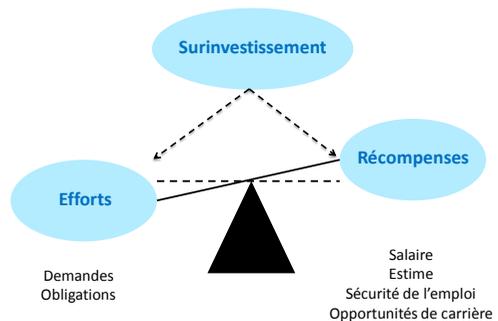


Sens du travail  
Construction identitaire

5

### Effort et récompense

(Modèle de Siegrist, 1990)



6

**Stratégies de maintien en santé**

Les travailleurs ne sont pas passifs face aux contraintes!

Stratégies de défense

- individuelles
- collectives

→ Reprendre du pouvoir sur son activité, dégager des marges de manœuvre, gérer la peur, etc.

7

