



## Prévenir la violence au travail

Version salariés

### Les risques psychosociaux

Les RPS impliquent tous les dysfonctionnements qui surviennent dans l'organisation et qui affectent la santé et le bien-être des employés, ainsi que le bon fonctionnement de l'entreprise.

- **Stress au travail** : déséquilibre entre la perception qu'une personne a des contraintes que lui impose son environnement et la perception des ressources dont elle dispose pour y faire face.
- **Violences Internes** : violences exercées entre les membres d'une même organisation.
- **Violences Externes** : violences exercées par un usager (client, fournisseur, prestataire, ...) à l'encontre d'un salarié ou de l'organisation.

### La violence au travail

**Vandalisme**  
Dégradation des locaux  
Graffitis

**Incivilités**  
Impolitesse  
Moquerie  
Impatience  
Mépris

**Agressions physiques**  
Bousculades  
Coups  
Blessures  
Atteintes

#### Les différentes formes de violence au travail

**Harcèlement moral/sexuel**  
Concept juridique défini par le Code du travail (Art. L1152-1 à L1152-6 / L1153-1) et réprimé par le Code pénal (Art. 222-33)

**Agressions verbales**  
Reproches  
Remarques humiliantes,  
Insultes - Menaces  
Intimidations

## Une combinaison de facteurs peut engendrer de la violence au travail

- Banalisation des incivilités et absence de règles précises au sein de l'entreprise
- Silence et absence de réaction de la part des victimes et des témoins face aux violences
- Comportement non professionnel de la part des auteurs de violence et absence de remise en question
- Prise de position inadaptée de la part des témoins

## Les conséquences : processus de dégradation de la santé

**Phase 1 - Confusion et auto-culpabilisation** ➤ incompréhension et recherche de cause logique (irritabilité, anxiété, fatigue)

**Phase 2 - Isolement et difficultés au travail** ➤ peur d'aller au travail et erreurs professionnelles (insomnie, perte de mémoire, troubles dermatologiques, digestifs, cardio-vasculaires)

**Phase 3 - Effondrement physique et psychique** ➤ incapacité à travailler (dépression, pensées suicidaires, fragilisation de la personnalité)

## Les actions de prévention

- **Je suis victime, que faire ?**



- **Je suis témoin, que faire ?** Créer un environnement bienveillant pour favoriser la communication. Prendre l'initiative d'aller vers la personne en difficulté ou la recevoir.
- **Collectivement, que faire ?** Les conflits sont souvent perçus comme des désaccords personnels. Cependant, il est crucial d'observer et questionner ce qui, dans le travail et son organisation, peut favoriser les tensions et les désaccords.
- **Au travail, dans chaque situation, demandez-vous :** Vais-je blesser quelqu'un ? Mon attitude est-elle adaptée à un environnement professionnel ? Mon comportement est-il respectueux du collectif ?

## N'oubliez pas l'importance des petits gestes pour soutenir vos collègues !