

# PRÉSERVER LA SANTÉ MENTALE DANS SON ÉQUIPE

*22 mai 2025*

# Pour bien démarrer

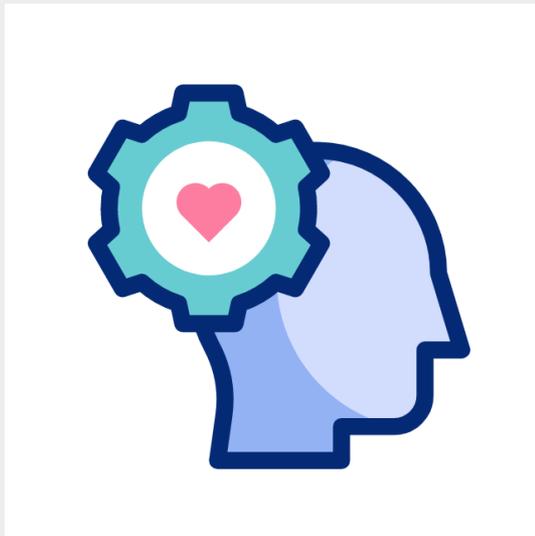
## Les objectifs

- Parler de santé mentale
- Les premiers réflexes

## Les animateurs

- Sarah POMAR, Adjointe du service Prévention et Santé au Travail
- Lionel RIVIERI, chef du service prévention et santé au travail

# La santé mentale : une composante essentielle de la santé



- Bien plus que l'absence de troubles ou de handicaps mentaux
- OMS : un « état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».

# Une situation de santé au travail ?



PSYCHO

Dimension psychologique

- L'engagement
- Les connaissances
- La motivation, la volonté de bien faire
- La prise de recul
- Le sens du travail, les valeurs
- La confiance en soi
- Les stratégies développées
- Intelligence émotionnelle de chacun



Ressources  
psychosociales

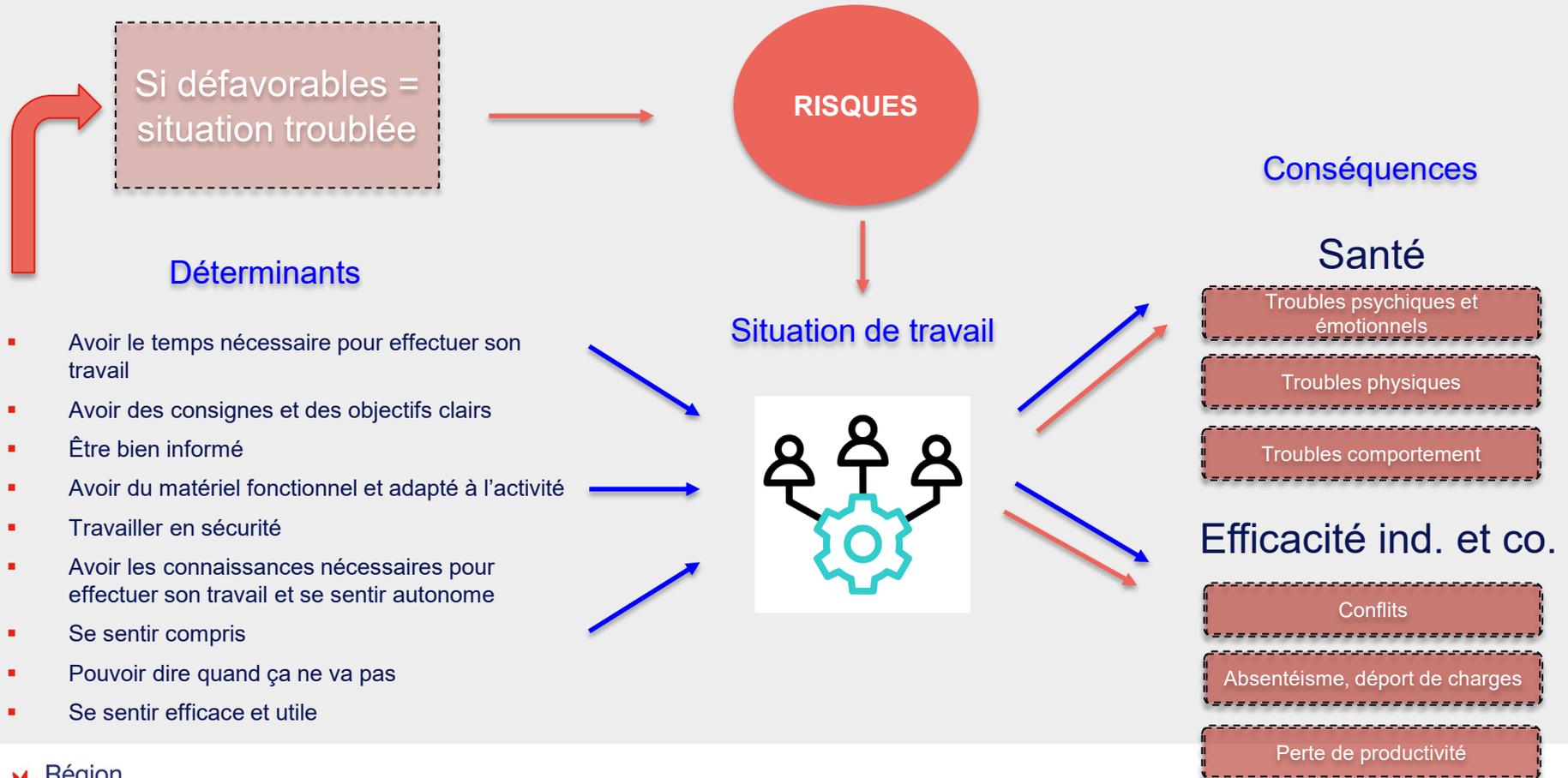


SOCIAUX

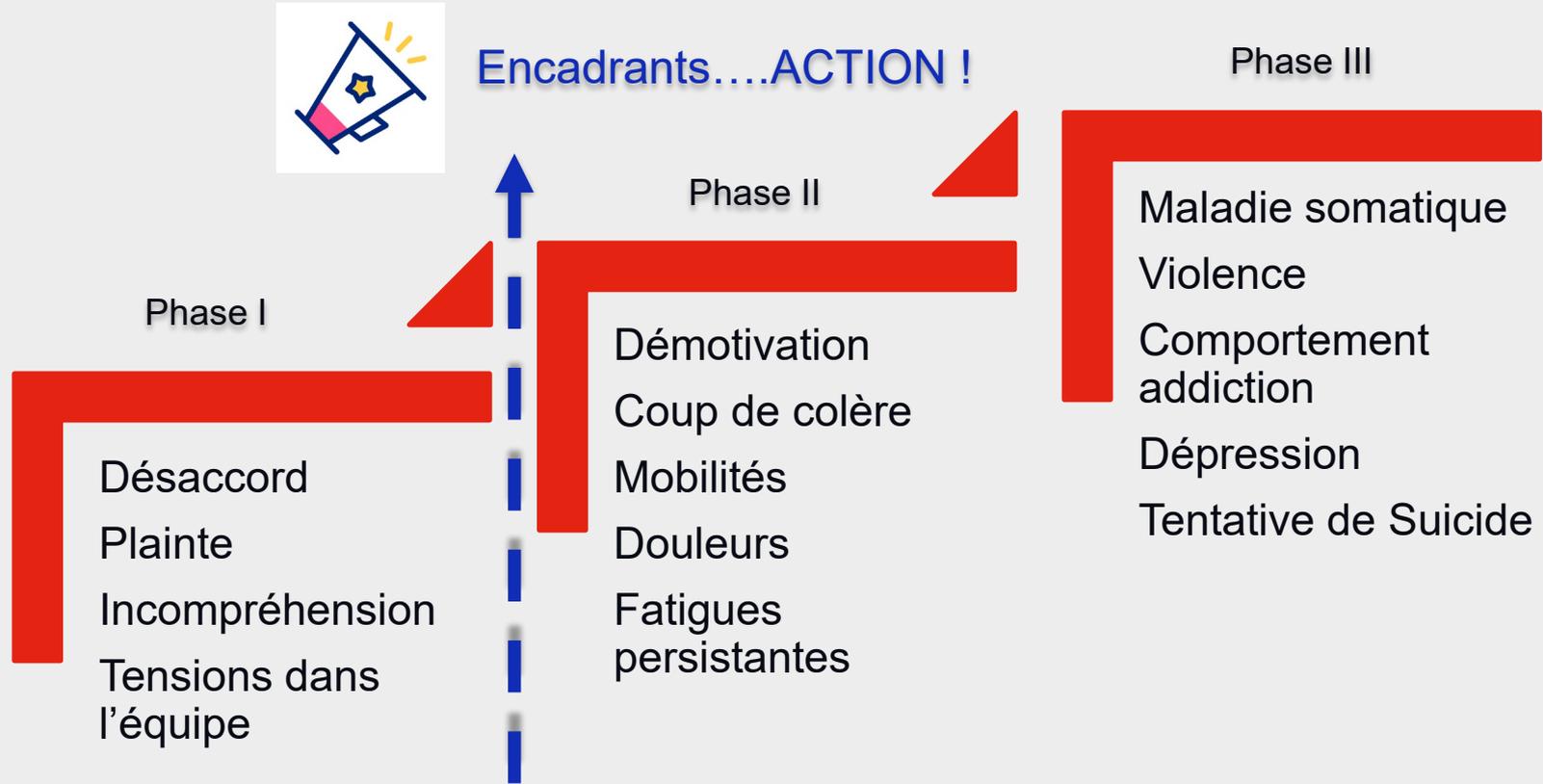
Dimension sociale

- Une bonne ambiance de travail
- La reconnaissance du travail par ses collègues, les professeurs, les élèves
- L'entraide et le soutien
- La confiance en ses collègues
- La culture de travail du lycée
- La culture régionale

# Que nous disent les termes...RPS ?



# Qu'est-ce qu'une situation troublée ?



# Tenir son rôle de préventeur en tant que manager

Mobiliser ses propres leviers d'action pour favoriser la mise à disposition de ressources en santé

- Agir sur les ressources psycho sociales des agents et du collectif  
(dimension relationnelle)

- donner du sens / valoriser / encourager dans le cadre des relations individuelles de travail
- encourager / favoriser l'échange, l'entraide le soutien au sein de l'équipe ...

- Veiller à des conditions de travail adaptée (organisation du travail, matériel, etc)  
(dimension organisationnelle)

Réguler les tensions dès leur apparition pour en diminuer l'impact durable des tensions sur la détérioration de la santé mentale individuelle et collective

Mobiliser des ressources complémentaires permettant d'autres effets de levier et une décentration sur les situations complexes et ou conflictuelles

# Le pas à pas de l'encadrant



Le RRH

Le service Prévention et Santé au Travail

Le dispositif de signalement et d'écoute

*Merci de votre attention*