

Sommaire

Remerciements	5
Introduction.....	11
Réalités des risques psychosociaux !.....	11
Un droit en évolution.....	11
Les entreprises sommées de réagir	12
Le management désorienté.....	13
1^{re} partie - COMPRENDRE LES RPS ET ANALYSER LES SIGNES AVANT-COUREURS	19
De quoi parle-t-on à propos des RPS ?.....	19
Ce que les RPS incluent.....	20
Quelles causes aux RPS ?.....	25
Un environnement physique ou technique dangereux ou éprouvant ..	29
L'angoisse du chômage et les incertitudes sur l'emploi : l'environnement comme cause des RPS.....	30
Des acteurs-clés à mobiliser, mais tous concernés.....	31
Une posture, une vigilance, une attention	31
Percevoir les signes avant-coureurs.....	32
Chapitre 1 - Les violences internes	35
Le harcèlement moral.....	35
Connaître le droit	35
Le harcèlement dans tous les sens	36
La question de l'intention.....	37

Deux types de harceleurs à distinguer	37
Des comportements si insidieux	37
Des personnalités à risque de harcèlement	38
Le harcèlement sexuel	41
Les conflits.....	43
Inévitables et parfois destructeurs	43
Inégaux face au conflit.....	44
Quand notre histoire personnelle nous rattrape à notre insu.....	44
Chapitre 2 - Les violences externes	47
Chapitre 3 - Le manque de reconnaissance	51
Dire bonjour.....	51
La rémunération correcte	51
Écouter, soutenir, faire progresser.....	52
Faire des compliments, valoriser, remercier.....	52
Pouvoir donner son avis, proposer.....	52
Un besoin ancien et vital difficile à gérer	52
Rendre justice.....	53
Chapitre 4 - Le stress et ses issues dramatiques	55
Pas de réelle définition juridique.....	55
Les facteurs de stress décrits en lien	56
Un coût élevé du stress pour la société, les personnes et les organisations.....	58
Quels mécanismes du stress ? Quels symptômes ?.....	58
Menace et survie	59
Débordé !.....	59
Stress utile.....	60
Trois temps de réaction	61
Phase d'alarme.....	61
Phase de résistance	62
Phase d'épuisement	63
Importance de la détente.....	63

Les voies d'écoulement normales du stress.....	64
Des différences entre hommes et femmes face au stress	64
Du ressourcement	64
Tous différents	65
Les fragilités narcissiques, les vulnérabilités psychiques, le basculement dans la pathologie	65
Et le burnout ?	67
Les 4 issues dramatiques du stress	69
1 - La maladie physique, conséquence du stress.....	69
2 - Le délit, conséquence du stress	72
3 - La maladie psychique, conséquence du stress.....	73
4 - Le suicide, conséquence du stress	76
Alerte face au scénario exprimé	78
2^e partie - SAVOIR AGIR EFFICACEMENT FACE AUX RPS	83
Chapitre 1 - Interviews de représentants de l'entreprise.....	85
Un directeur des RH et négociations sociales.....	85
Un manager qui a connu un burnout et le rebond.....	92
Un cadre supérieur qui a dû se réorienter	97
Une directrice des relations sociales.....	101
Un cadre qui a connu la dépression et s'en est remis.....	103
Une responsable formation et RPS Fonction publique.....	107
Une responsable formation dans la Fonction publique	113
Chapitre 2 - Interviews des divers acteurs RPS (CHSCT et CE, médecin, avocat, juge prud'homal et consultant RPS et psy)	119
Un élu syndicaliste FO CHSCT	119
Une secrétaire élue d'un comité d'entreprise	124
Une avocate spécialisée en droit social	127
Un avocat spécialisé en droit social	132
Un médecin généraliste confronté aux RPS.....	137
Un élu juge au Prud'homme.....	141
Une consultante (coach et psy).....	144

Verbatims en vrac : causes et solutions RPS recueillies en entreprise. 151

Conclusion..... 155

Bibliographie..... 159

À propos de l'auteur 161