

Sommaire

Remerciements	5
Introduction.....	11
1^{re} partie - COMPRENDRE LES RPS ET ANALYSER LES SIGNES AVANT-COUREURS.....	21
De quoi parle-t-on à propos des RPS ?.....	21
Ce que les RPS incluent.....	22
Quelles causes aux RPS ?.....	27
Un environnement physique ou technique dangereux ou éprouvant.....	31
L'angoisse du chômage et les incertitudes sur l'emploi : l'environnement comme cause des RPS.....	32
Des acteurs-clés à mobiliser, mais tous concernés.....	33
Une posture, une vigilance, une attention	33
Percevoir les signes avant-coureurs	34
Chapitre 1 - Les violences internes	37
Le harcèlement moral.....	38
Connaître le droit	38
Le harcèlement dans tous les sens	39
La question de l'intention.....	40
Deux types de harceleurs à distinguer	40
Des comportements si insidieux.....	40
Des personnalités à risque de harcèlement	41
Le harcèlement sexuel	44

Les conflits.....	46
Inévitables et parfois destructeurs.....	46
Inégaux face au conflit.....	47
Quand notre histoire personnelle nous rattrape à notre insu	48
Chapitre 2 - Les violences externes	51
Chapitre 3 - Le manque de reconnaissance	55
Dire bonjour.....	56
La rémunération correcte	56
Écouter, soutenir, faire progresser.....	56
Faire des compliments, valoriser, remercier.....	56
Pouvoir donner son avis, proposer	57
Un besoin ancien et vital difficile à gérer	57
Rendre justice.....	57
Chapitre 4 - Le stress et ses issues dramatiques	59
Pas de réelle définition juridique.....	59
Les facteurs de stress décrits en lien	60
Un coût élevé du stress pour la société, les personnes et les organisations.....	62
Quels mécanismes du stress ? Quels symptômes ?.....	62
Menace et survie	63
Débordé !.....	64
Stress utile.....	65
Trois temps de réaction	65
Phase d’alarme.....	65
Phase de résistance	66
Phase d’épuisement	67
Importance de la détente	67
Les voies d’écoulement normales du stress.....	68
Des différences entre hommes et femmes face au stress	68
Du ressourcement	69
Tous différents	69

Les fragilités narcissiques, les vulnérabilités psychiques, le basculement dans la pathologie	70
Et le burnout ?	72
Les 4 issues dramatiques du stress	75
1 - La maladie physique, conséquence du stress	75
2 - Le délit, conséquence du stress.....	77
3 - La maladie psychique, conséquence du stress.....	79
4 - Le suicide, conséquence du stress	82
Alerte face au scénario exprimé	84
 2^e partie - SAVOIR AGIR EFFICACEMENT FACE AUX RPS	89
Chapitre 1 - Interviews de représentants de l'entreprise.....	91
Un directeur des RH et négociations sociales.....	91
Un manager qui a connu un burnout et le rebond.....	98
Un cadre supérieur qui a dû se réorienter	103
Une directrice des relations sociales.....	106
Un cadre qui a connu la dépression et s'en est remis.....	109
Une responsable formation et RPS Fonction publique.....	113
Une responsable formation dans la Fonction publique	118
 Chapitre 2 - Interviews des divers acteurs RPS (CHSCT et CE, médecin, avocat, juge prud'homal et consultant RPS et psy)	123
Un élu syndicaliste FO CHSCT	123
Une secrétaire élue d'un comité d'entreprise	128
Une avocate spécialisée en droit social	131
Un avocat spécialisé en droit social	136
Un médecin généraliste confronté aux RPS.....	141
Un élu juge au Prud'homme	145
Une consultante (coach et psy).....	148
 <i>Verbatims</i> en vrac: causes et solutions RPS recueillies en entreprise....	155
Conclusion.....	159
Bibliographie.....	163
À propos de l'auteur	165