

LE RÉSEAU DES DÉLÉGUÉES ET DÉLÉGUÉS SOCIAUX

L'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL SEPB 575 - DESJARDINS



Présentation de Marc
Thomas
Coordonnateur



Introduction

- ***Le réseau est en place depuis 1983.***
- ***Programme conjoint
Centraide/Conseils régionaux de la
FTQ.***
- ***La coordination régionale se fait dans
les conseils régionaux de la FTQ.***
- ***Il y a 11 coordonnateurs et
coordonnatrices, dont 2 à Montréal.***

Composition du réseau

- **Le réseau compte environ 2 600 DS au Québec.**
- **Au Conseil régional de Montréal on dénombre 1 450 DS.**
- **Dans 135 sections locales provenant de 21 syndicats différents.**
- **Ils sont présents dans 500 milieux de travail de la région.**

Objectifs

- **Le réseau des déléguées et délégués sociaux est formé de militantes et militants qui ont comme objectifs:**
- **Assurer le mieux-être des membres au travail et dans leur vie privée;**
- **Offrir une aide d'égal à égal, sur une base volontaire et confidentielle;**
- **Faire de la prévention des problèmes de santé mentale une priorité.**

Rôle des DS

- ***L'écoute.***
- ***Le soutien.***
- ***La référence.***
- ***L'accompagnement et suivi.***
- ***L'implication avec les structures syndicales.***
- ***La prévention.***

L'implication en lien avec l'employeur

- ***S'assurer de l'appui des dirigeants et des gestionnaires de l'employeur.***
- ***S'assurer de la collaboration des ressources humaines, dotation, cadres et superviseurs.***
- ***S'assurer d'obtenir le temps et la liberté nécessaires pour intervenir auprès d'une ou d'un collègue.***

Les forces du réseau

- ***L'aide par les pairs;***
- ***Proximité;***
- ***Connaissance du milieu;***
- ***Rapidité dans les interventions;***
- ***Confidentialité.***

La réalité dans les milieux de travail

- **Problématiques en croissance:**
 - ***Harcèlement – Intimidation;***
 - ***Violence au travail;***
 - ***Syndrome du survivant;***
 - ***Santé mentale – Détresse psychologique élevée;***
 - ***Épuisement professionnel.***

L'épuisement professionnel: un phénomène croissant

- Les données compilées depuis 30 ans démontrent une augmentation fulgurante du nombre de personnes victimes d'épuisement professionnel;
- **Actuellement, une personne en emploi sur 4 est en situation de détresse psychologique élevée;**
- Selon l'OMS, ce chiffre va passer à 50% de la population au travail en 2022;
- **Les coûts directs et indirects liés aux problèmes de santé mentale en 2014: plus de 20% de la masse salariale...**

Une problématique à comprendre

- ***L'épuisement professionnel est un processus qui intervient dans la relation qu'entretient une personne avec sa tâche.***

Définir l'épuisement professionnel

Un processus en trois étapes :

- ***Un déséquilibre entre les ressources individuelles et organisationnelles et les demandes du travail;***
- ***Les réponses émotionnelles à ce déséquilibre (sentiment d'anxiété, fatigue et épuisement);***
- ***Des changements dans les attitudes et les comportements.***

Éléments déclencheurs

- **Déséquilibre entre les ressources et les exigences de la tâches;**
- **Le « faire plus avec moins » à outrance et de façon démesurée;**
- **Coupe de personnel, augmentation de la charge de travail sans les ressources nécessaires (ex: le syndrome du survivant).**

Conséquences

- ***Absentéisme et présentéisme;***
- ***Démotivation, doute et cynisme.***

Facteurs

- **La tâche et l'organisation du travail;**
- **L'absence de support;**
- **Attentes et rôles confus, communication déficiente;**
- **Le manque de maîtrise sur son travail;**
- **Une absence de reconnaissance, de résultats positifs.**

Agir en prévention

- **Différentes approches préventives existent dans le domaine du travail:**
 - **Prévention: tertiaire, secondaire et primaire.**
 - **LE LÂCHER PRISE**

Conclusion

- ***Mettre à profit nos comités délégués et délégués sociaux et SST pour éliminer ou contrôler les facteurs de risque de l'épuisement professionnel.***
- **Soutien:**
 - **Programme d'aide psychologique;**
 - **Réseau des DS;**
 - **Intervenante spécialisée en santé.**
- *** Sylvie Chevrier, ISS et responsable du réseau des délégués et délégués sociaux.**

PÉRIODE DE QUESTIONS