

Le Stress Management

Un enjeu économique et social



Le stress est un risque qui coûte cher aux employeurs et aux salariés.

Le stress n'est pas une maladie à proprement parlé mais ses effets peuvent affecter l'efficacité individuelle, la performance collective et causer des problèmes de santé majeurs.

Les experts scientifiques ont répertorié trois grandes pathologies issues d'une exposition prolongée au stress : les maladies cardio-vasculaires, les dépressions, et les troubles musculo-squelettiques qui sont les seuls reconnus aujourd'hui comme maladie professionnelle.

Le coût du stress représente selon le bureau international du travail, 3 à 4 points du PIB des pays industrialisés, soit environ 60 milliards d'euros en France.

En France, on estime le coût social du stress au travail pour 2007 entre 1,9 et 3 milliards d'euros, soit 10 à 20 % des dépenses de la branche accidents du travail / maladies professionnelles de la Sécurité Sociale.

Absentéisme, turn over, accidents du travail, burn out.. sont les conséquences directes quotidiennes du stress au travail.

Perte de CA, perte de productivité, perte de compétences internes en sont les conséquences économiques et humaines indirectes.

En 2000 les dépenses liées au stress au travail sont évaluées à 265 milliards d'euros par an pour les 15 états membres qui constituaient alors l'Union Européenne, soit l'équivalent de 3 à 4% du PNB pour chaque pays.

Depuis le rapport Stress at Work de l'European Agency for Safety and Health at Work publié en février 2009, on reconnaît que le stress au travail engendrerait entre 50 et 60% des journées d'absence en Europe.

La responsabilité juridique du chef d'entreprise ou du responsable de l'établissement est de plus en plus souvent retenue

L'annonce du ministre du travail le 9 octobre 2009 confirme que notre département Stress Management répond à une situation préoccupante des entreprises.

Le gouvernement a fermement incité les responsables d'entreprises de plus de 1000 salariés à appliquer dans un délai rapide l'accord national interprofessionnel relatif au stress au travail du 2 juillet 2008. Avant le 1er février 2010, ils doivent entamer une négociation avec les partenaires sociaux ou à défaut, effectuer un diagnostic et mettre en oeuvre un plan d'action adapté.

L'employeur est tenu:

- d'évaluer les risques pour la santé et la sécurité de ses salariés
- de mettre en oeuvre, les actions de prévention et les méthodes de travail garantissant un meilleur niveau de protection.

L'obligation qui lui incombe en matière de sécurité physique et mentale est une obligation de résultat.

Le contenu des accords doit viser les voies d'un engagement durable.

Solutions

Parce que les incidences du stress au travail sont d'autant plus tangibles qu'elles sont mesurables, WellScan permet de rendre aussi objectif que possible le diagnostic en s'appuyant sur l'analyse des facteurs clés.

Le Wellness Management s'appuie sur l'expertise de l'institut IPS des Praticiens de Santé, et son approche certifiée en Stress Management®. Nous intervenons dans les entreprises en relation avec les médecins du travail, le CHSCT, les représentants du personnel et les dirigeants.

Avec des inventaires et des solutions uniques pour le bien-être et la performance au travail, notre offre, basée sur des outils jusque là utilisés dans le seul monde anglo-saxon, constitue une approche objective pour prévenir, mesurer et manager le stress professionnel.

Moyens

WellScan ® est le premier outil d'audit qui mesure les 7 dimensions clés du Capital Humain à partir de critères scientifiquement établis:

- Le niveau de stress physique
- Le niveau de condition physique et de forme
- Le niveau de stress relationnel et comportemental
- Les sources de stress et de mal être au travail
- Le niveau de flow ou performance optimale des individus
- Le degré de prise en charge du stress par l'entreprise
- Les niveaux de performance et de motivation globaux

WellScan ®

Le questionnaire WellScan® évalue le degré de bien-être et de performance au travail.

L'inventaire comprend 150 questions qui permettent de mesurer l'ensemble des facteurs reconnus scientifiquement comme élément constitutif du stress au travail.

Ils permettent ainsi de recenser et d'évaluer simplement et anonymement les composantes du stress professionnel, de la motivation et des compétences extra professionnelles (intelligence émotionnelle et relationnelle, gestion du temps, gestion de son énergie...) des collaborateurs au sein d'une entreprise.

L'outil constitue l'étape d'audit dans le cadre du diagnostic collectif des Risques Psycho-Sociaux.

WellScan® a été conçu comme un outil pratique et simple pour aider les acteurs des Ressources Humaines et de la Santé à diagnostiquer les situations de stress en entreprise et à mettre en place une politique de prévention.

WellScan est un outil d'évaluation du niveau de Bien-être au travail, de la performance et de l'optimisation santé. Cette démarche de bilan peut s'appliquer à une personne comme à une équipe.

WellScan s'appuie sur les dernières recherches en matière de gestion du stress, de prévention des risques psycho-sociaux et de santé au travail. En revanche, ce n'est pas un questionnaire à visée médicale.

Il établit l'inventaire des facteurs générateurs de stress et de mal-être dans le cadre professionnel, qui pénalisent l'efficacité et l'épanouissement individuel au travail.

WellScan permet :

- de mesurer le niveau de stress d'une équipe ou d'un individu compte tenu de l'impact de l'environnement professionnel et des conditions de travail,
- de révéler leurs stratégies de gestion du stress, leur hygiène de vie et leurs modes d'actions pour y faire face.

Il convient de préciser que ce bilan est la traduction des réponses au stress à un instant donné de la vie professionnelle. Les niveaux de stress ne sont jamais figés dans le temps. Ils évoluent au regard des ressources (physiques, psychologiques, comportementales) des individus et du contexte dans lequel ils doivent interagir.

En répondant au questionnaire en ligne, chaque collaborateur reçoit le compte rendu de son niveau de stress et de bien-être au travail. Le bilan Wellscan se présente sous la forme d'un rapport chiffré et détaillé pour chacun des paramètres de stress.

Dans le cas d'un audit collectif, les résultats sont compilés et traités de façon globale, sans référence nominative.

WellScan respecte la charte éthique qui assure la stricte confidentialité et l'anonymat des données recensées auprès des collaborateurs.

Références et accréditations

WellScan utilise une méthode statistique approuvée par l'Institute of American Health Professionals (AIHCP)

Il utilise les critères de l'Américan Psychologie Association (APA) et respecte les standards du stress de Health Safety Excecutives (HSE).

L'équipe WellScan est membre de l'International Stress Management Association (ISMA).

Contenu du bilan WellScan Equipe et individuel

I- Avant propos

- a) Découvrez WellScan
- b) Références et accréditations

II- Mesure du niveau de stress global de l'équipe

- a) Qu'est-ce que le stress ?
- b) L'apport de WellScan
- c) Résultats pour l'équipe

III- Analyse des facteurs de stress au travail

A- Facteurs physiques et santé globale perçue

1. Signes physiques du stress
2. Condition physique et forme générale
3. Santé globale perçue

B- Facteurs psycho émotionnels

1. Signes intellectuels et motivation
2. Signes comportementaux et émotionnels
3. Satisfaction générale perçue

C- Facteurs comportementaux et relationnels

1. Qualité relationnelle et ambiance de travail
2. Respect, intégrité physique et morale au travail
3. Equilibre entre vie professionnelle et personnelle

D- Facteurs relatifs aux conditions de travail et à la gestion du temps

1. Temps de transports professionnels
2. Ergonomie et environnement du poste de travail
3. Conditions de travail
4. Rythme et charge de travail
5. Gestion du temps

E- Facteurs managériaux

1. Définition du poste et du rôle dans l'organisation
2. Qualité managériale, reconnaissance et développement professionnel
3. Sens et valeurs au travail

IV- Mesure du niveau de "Flow " ou état de performance optimale

V- Evaluation des attentes sur la prise en charge du stress

1. Niveau de connaissance générale sur le stress et sur ses dangers
2. Capacité à utiliser des techniques personnelles pour gérer le stress

3. Souhait de prise en charge du stress dans l'entreprise

VI- Cartographie du stress et capacité de résilience

VII- Standards du stress selon le HSE et évaluation des risques psycho-sociaux

VIII- Stress Cockpit : synthèse des points d'appuis et points de vigilance de l'équipe

E Scan : la solution elearning en Wellness Management

E Scan est un outil interne de elearning qui fait suite à l'audit WellScan avec la «**No Stress Box**»

La No Stress Box est une boîte à outils interactive qui permet au collaborateurs de faire des exercices simples, pratiques et efficaces pour gérer toutes les formes de stress physique, émotionnel et comportemental.

Ces exercices ont fait l'objet d'études scientifiques validées qui ont démontré leur pertinence en management du stress.

Chaque collaborateur pourra suivre son programme individuel en se connectant à l'aide de son identifiant.

Chaque exercice fait l'objet d'une fiche pratique, de conseils, et d'un guide qui permet le suivre facilement et au sein même de son environnement professionnel ou au domicile.