Notes sur les facteurs de risques psychosociaux dans votre environnement de travail

HortiCompétences

Notez des faits : Écrivez des faits vécus, en précisant si ils proviennent de votre environnement de travail, de problèmes personnels ou de limitations physiques impactant votre travail.
Évaluez l'urgence : Est-ce une situation nécessitant une attention immédiate? Vous sentez-vous en sécurité? Avez-vous des symptômes nécessitant une consultation professionnelle?
Réfléchissez à des solutions : Identifiez des actions pour diminuer ces risques en consultant les ressources et les formations disponibles sur le site d'HortiCompétences.
Discutez-en : Parlez avec une personne de confiance. Si votre entreprise n'a pas de service RH, adressez-vous à votre chef d'équipe, superviseur ou gestionnaire de confiance (si le dialogue est possible) pour partager vos préoccupations. Sinon, référez-vous à la section : *J'ai besoin d'aide*

1. Charge de travail et pression

2. Relations interpersonnelles et soutien social

3. Autonomie et reconnaissance

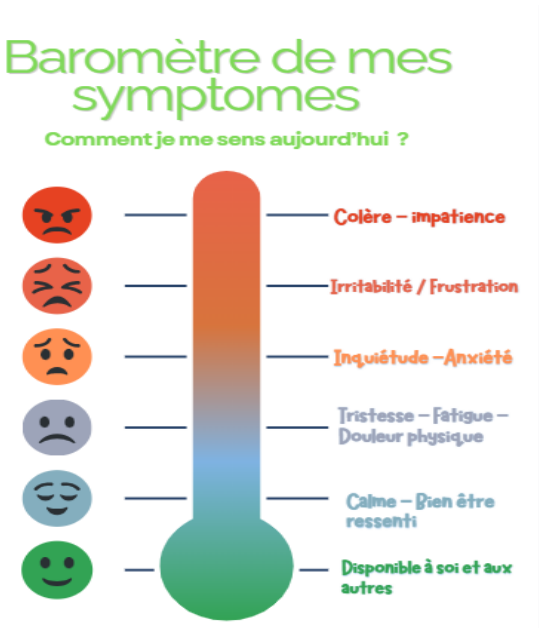
Notes sur les facteurs de risques psychosociaux dans votre environnement de travail

HortiCompétences

4. Conciliation travail-vie personnelle

5. Communication et information

6. Sécurité et conditions de travail



1.Comment vous sentez-vous émotionnellement en arrivant au travail aujourd'hui?

2.Avez-vous l'impression que quelque chose perturbe votre concentration ou votre humeur en ce moment?

3.Ressentez-vous une fatigue ou un inconfort physique qui pourrait affecter votre travail aujourd'hui?

4.Sur une échelle de 1 à 5, à quel point vous sentez-vous calme et disponible pour débuter votre journée?