

# Votre InfoSources!!

## LE SAVIEZ-VOUS?

Lors du *Colloque sur la santé psychologique au travail* qui a eu lieu à Montréal en novembre dernier, il a été noté que le nombre de travailleurs ayant une **santé mentale fragile** prend des proportions inquiétantes au Québec. La santé psychologique au travail se définit comme un état d'équilibre entre l'état d'esprit, les comportements et les émotions permettant de tirer un sentiment de satisfaction de ses relations professionnelles et de ses activités reliées au travail.

Selon Jean-Pierre Brun, titulaire de la chaire de gestion de la santé et de la sécurité du travail à l'Université Laval, nous sommes encore au stade du déni lorsqu'il s'agit de santé mentale. Toutefois, « les entreprises sont aujourd'hui rattrapées par **l'ampleur des coûts** que ça amène et s'aperçoivent que le problème est bien réel ».

En effet, selon *Statistique Canada*, il semblerait que, entre 1994 et 2001, **4 travailleurs sur 10 ont vécu un épisode de détresse psychologique au travail**. Pouvez-vous en reconnaître les signes? Par exemple, la personne montrera de la nervosité, de l'anxiété, des sautes d'humeur extrêmes, de la colère, une perte d'appétit...

Quels sont les coûts associés à cette problématique?

- Pertes de productivité résultant en des pertes de profits
- Diminution de la performance organisationnelle
- Augmentation du taux de roulement entraînant une augmentation des coûts de recrutement et de formation
- Image de l'entreprise atteinte amenant des difficultés de recrutement
- Augmentation des coûts au niveau de la CSST

Puisque les coûts de l'inaction sont trop importants pour une entreprise, nous offrons un service de soutien psychologique adapté à la réalité des PME.

## POUR VOUS AIDER...

### Programme de soutien psychologique

**Offert à tous les employés de l'entreprise ayant des problèmes professionnels ou personnels.**

L'objectif de notre programme est de permettre à l'entreprise d'augmenter sa productivité en offrant du soutien psychologique aux employés dans le but d'améliorer leur implication, leur motivation et leur concentration afin que leur rendement au travail soit optimal.

Avec notre programme, vos employés trouvent le soutien, les conseils et les ressources dont ils ont réellement besoin.

## À ne pas manquer...

### De la série Formations Efficaces

#### **En décembre 2007**

Comment se démarquer comme employeur par son processus de recrutement et d'accueil.

- 6 et 13 décembre 2007

#### **En janvier 2008**

Optimisation des habiletés de gestion directement dans l'action (en 4 sessions plus du coaching).

- 31 janvier, 21 février, 13 mars et 3 avril 2008

### Conférences

#### **20 mars 2008**

Du dinosaure au kangourou... qui sont ces générations! (*Centre local de développement Les 3 Monts*)

#### **26 mars 2008**

L'Alzheimer organisationnel™... dans un contexte intergénérationnel (*SADC de Baie-des-Chaleurs*)

#### **27 mars 2008**

L'Alzheimer organisationnel™... un transfert pour une continuité (*SADC de Gaspé-Nord*)

## Foire aux questions!

### Question

Comme je suis surchargée, j'aimerais bien déléguer des tâches à certains de mes employés, mais je ne sais pas vraiment comment m'y prendre. Il faut tenir compte de quels éléments lorsque l'on délègue des tâches?

### Réponse

En effet, la délégation vous permettra de vous concentrer sur vos tâches à valeur ajoutée. Voici quelques aspects à vérifier :

#### À qui déléguer?

- Quelqu'un qui PEUT, mais surtout qui VEUT!
  - Connaissances
  - Compétences
  - Disponibilité
  - Volonté
- Attention au « chouchoutisme » : éviter de toujours déléguer aux mêmes personnes afin de ne pas créer de frustration.
- Laisser la chance aux employés de faire leurs preuves. Vous pouvez commencer par des tâches ou responsabilités de moindre importance afin qu'ils puissent vivre un succès et prendre confiance en eux.
- Mentionnez quelles sont les latitudes qu'ils ont vis-à-vis leurs nouvelles tâches.
- Mentionnez que vous restez disponible pour répondre à leurs questions.

\*N'oubliez pas de faire un suivi sur l'évolution des tâches que vous avez déléguées.\*

*Vous désirez savoir quelles sont les étapes pour une délégation réussie? Communiquez avec nous!*

™ Marque de commerce déposée, InterSources

[WWW.CONSEILLERSINTERSOURCES.COM](http://WWW.CONSEILLERSINTERSOURCES.COM)

Pour tout savoir au sujet d'InterSources, consultez notre site Internet.

Si vous ne désirez plus recevoir le InfoSources, veuillez nous en faire part par courriel à l'adresse suivante :

[adm@conseillersintersources.com](mailto:adm@conseillersintersources.com) .