



## Comment ?

Lors de la visite médicale du salarié (visite d'embauche, visite de pré-reprise, visite de reprise, visite à la demande...) **le médecin du travail oriente le salarié** vers le psychologue du travail s'il estime qu'un soutien psychologique est nécessaire.

**Les consultations psychologiques sont confidentielles : de ce fait, l'employeur n'est informé ni de la réalisation d'une consultation, ni de son contenu.**

Seul le médecin du travail est informé, dans le cadre du suivi individuel de la santé du salarié.

Le psychologue du travail intervient dans le respect de ses principes éthiques et déontologiques de sa profession.

## Prévention Santé Travail 51

### Châlons en Champagne

♀ 4 rue Raymond Aron,  
51520 Saint-Martin-sur-le-  
Pré

☎ 03.26.70.40.41

✉ [contactchalons@pst51.fr](mailto:contactchalons@pst51.fr)

### Sainte-Menehould

♀ Rond-Point de la  
Camuterie – ZA les Accrus  
51800 Sainte-Menehould

☎ 03.26.60.87.99

✉ [contactmenou@pst51.fr](mailto:contactmenou@pst51.fr)

### Vitry-le-François

♀ 24 rue Marie Ampère  
51300 Vitry-le-François

☎ 03.26.74.22.98

✉ [contactvitry@pst51.fr](mailto:contactvitry@pst51.fr)

### Epernay

♀ 6 rue Frédéric plomb  
51200 EPERNAY

☎ 03.26.54.43.95

✉ [amter@pst51.fr](mailto:amter@pst51.fr)



### Sezanne

♀ rue du manège  
51120 Sezanne

☎ 03.26.54.99.91

✉ [amter@pst51.fr](mailto:amter@pst51.fr)



# LE PSYCHOLOGUE DU TRAVAIL ET DES ORGANISATIONS

Pour qui ? Pour quoi ? Comment ?



## Le psychologue du travail, c'est quoi ?

Il effectue des interventions en entreprise dans un but exclusif de préservation de la santé mentale des salariés et d'amélioration des conditions de travail : conseil, accompagnement à la mise en place d'une culture de prévention, sensibilisation à la prévention des risques psychosociaux, évaluation et prévention des situations de mal-être professionnel ...



Ses missions sont variées, mais son rôle principal est l'étude des organisations de travail en vue d'en repérer les dysfonctionnements susceptibles d'être à l'origine de troubles psychiques chez le salarié.

Le psychologue du travail réalise, **à la demande du médecin du travail**, un **soutien psychologique individuel** court (une à trois consultations maximum) pour les salariés qui seraient confrontés à des situations générant un mal-être professionnel.

L'objectif du soutien psychologique individuel est :

- D'identifier les causes éventuelles du mal-être professionnel pour permettre la remobilisation de ressources internes
  - o en réajustant ou en se réappropriant ses pratiques professionnelles
    - afin de revenir à un mieux-être
      - et favoriser le maintien en emploi



Le psychologue du travail, en accord avec le médecin du travail, peut orienter le salarié vers une prise en charge plus adaptée à ses besoins si nécessaire.

## Pour qui ?

L'accompagnement psychologique individuel peut être proposé à **tous les salariés qui en auraient besoin**. Tous les salariés peuvent, au cours de leur carrière, avoir le besoin de faire un point sur leur santé mentale ; d'ailleurs, lorsque l'on parle de santé, on pense d'abord à la santé physique et souvent on oublie la santé mentale alors qu'elle est toute aussi importante pour notre bien-être.

Il y a plusieurs définitions de la santé mentale, mais celle-ci correspond surtout à un état psychologique ou émotionnel d'une personne, à un moment donné de sa vie professionnelle ou personnelle ; de ce fait, **ni l'âge, ni le genre, ni la profession n'est déterminant dans le besoin d'un accompagnement psychologique individuel**.



## Pour quoi ?

Différents facteurs peuvent pousser le salarié à consulter le psychologue du travail, par exemple :

- Difficultés à trouver le sommeil, d'insomnies, de réveils nocturnes ...
- Sentiment d'être démotivé au travail
- Sentiment d'être débordé ou au contraire, ennuyé au travail
- Sentiment de ne plus trouver de sens à son travail
- Sentiment d'une dégradation de son vécu professionnel (anxiété à l'idée d'aller au travail, une relation conflictuelle avec un collègue ...)
- Sentiment de subir une maltraitance au travail (humiliation, insultes...)

Ces facteurs, bien que non exhaustifs, peuvent être une bonne raison de consulter le psychologue du travail.