

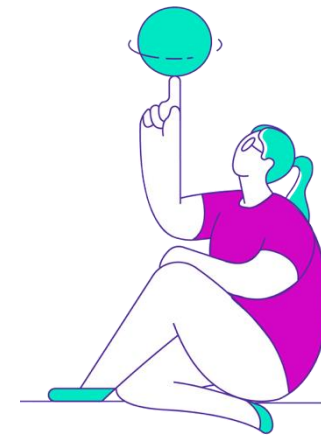
Parcours Équilibre

Atelier 1 : Et si j'apprenais à m'écouter pour changer !

animé par **Karine Boquého**,
psychologue du travail et
psychothérapeute.

Mardi 3 février 2026
13h-13h45

Les Parcours Santé



Définition des RPS Risques Psycho Sociaux

“

Des risques pour la santé mentale, physique et sociale, engendrés par des conditions d'emploi, les facteurs organisationnels et relationnels susceptible d'interagir avec le fonctionnement mental

”

*Définition des risques psycho-sociaux - Rapport de
Marceline Bordier et Michel Gollac (INSEE) - 2011*

Les RPS sont **pluri-factoriels** et sont **au croisement entre entre l'organisation du travail**, ses spécificités, ses exigences, ses contraintes et ses dysfonctionnements, **et le vécu de celui qui travaille**, son type d'engagement dans le travail, ce qui se joue pour lui dans son rapport au travail, ce qu'il en attend (consciemment ou non)

Définition des RPS Risques Psycho Sociaux

Les risques psychosociaux ont pour conséquences de :

- Menacer l'intégrité physique et la santé psychique des salariés : troubles musculosquelettiques (TMS), maladies cardiovasculaires, burnout, dépression, accident sur le lieu de travail ou de trajet, addictions, ...
- Nuire au bon fonctionnement de l'entreprise en générant : turnover, absentéisme, conflits récurrents, sabotage de la qualité, problématiques disciplinaires, conduites à risque, détérioration du climat social et des coopérations, dégradation de l'image de marque de l'entreprise ...

Les facteurs de RPS

