



**V**ous êtes chef d'entreprise, chargé de prévention en entreprise, représentant du personnel, membre du comité social et économique (CSE), médecin ou infirmier du travail, et vous recherchez des informations sur la prévention des risques psychosociaux. Retrouvez dans ce catalogue l'essentiel de nos supports.

**POUR  
SENSIBILISER  
ET  
S'INFORMER**

## PUBLICATION



**Risques psychosociaux.  
En parler pour en sortir**

**PUBLICATION**

ED 6251

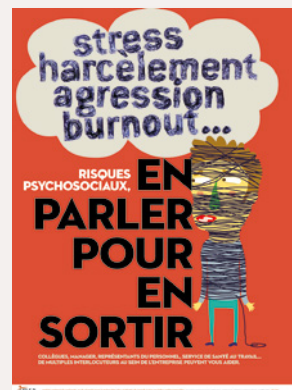
Dépliant, 2016

En tant que salarié, vous vous sentez souvent démuni face aux risques psychosociaux. Ce dépliant vous indique les personnes que vous pouvez solliciter si vous êtes victime de stress, d'agression, de burnout ou de harcèlement au travail.

## AFFICHES



AD•AA•AR 785  
2016



AD•AA•AR 786  
2016

Ces affiches invitent à parler des risques psychosociaux au sein des entreprises afin d'engager une démarche de prévention.



**RISQUES PSYCHOSOCIAUX**

**SOMMAIRE DU DOSSIER**

- Ce qu'il faut retenir
- Facteurs de risque
- Conséquences pour le salarié et l'entreprise
- Prévention
- Réglementation
- Accidents du travail et maladies professionnelles
- Travaux de l'INRS
- Publications, outils, liens...

**Ce qu'il faut retenir**

Troubles de la concentration, du sommeil, irritabilité, nervosité, fatigue importante, palpitations... Un nombre grandissant de salariés déclarent souffrir de symptômes liés à des risques psychosociaux. Le phénomène n'épargne aucun secteur d'activité. Indépendamment de leurs effets sur la santé des individus, les risques psychosociaux ont un impact sur le fonctionnement des entreprises (absentéisme, turnover, ambiance de travail...). Il est possible de les prévenir.

Sous l'effet des mutations du monde du travail telles que la complexité grandissante des tâches, la réduction des temps de repos, l'individualisation du travail ou encore les exigences accrues de la clientèle, la prise en compte des risques psychosociaux est devenue incontournable.

**VOIR AUSSI**

- Stress au travail
- Agression et violence externe
- Harcèlement et violence interne

## Les dossiers web sur le site www.inrs.fr

- Risques psychosociaux
- Stress au travail
- Harcèlement moral et violence interne au travail
- Harcèlement sexuel et agissements sexistes
- Agression et violence externe au travail
- Épuisement professionnel ou burnout
- Suicide en lien avec le travail
- Bien-être au travail

L'INRS propose sur son site des contenus complets, régulièrement mis à jour sur les risques psychosociaux et ses composantes. Chaque dossier dispose d'un sommaire permettant de naviguer facilement entre les différents chapitres (ce qu'il faut retenir, facteurs de risque, prévention, réglementation...). Chaque dossier peut être téléchargé et imprimé dans son intégralité au format PDF.

**RISQUES PSYCHOSOCIAUX**  
**9 CONSEILS AUX MANAGERS POUR AGIR AU QUOTIDIEN**

1. ÉVALUEZ LA CHARGE DE TRAVAIL
2. DONNEZ DE L'AUTONOMIE À VOS SALARIÉS
3. SOUTENEZ VOS COLLABORATEURS
4. TÉMOINNEZ DE LA RECONNAISSANCE
5. DONNEZ DU SENS AU TRAVAIL
6. AGISSEZ FACE AUX AGRESSIONS EXTÉRIEURES
7. COMMUNIQUEZ SUR LES CHANGEMENTS
8. FACILITEZ LA CONCILIATION TRAVAIL ET VIE PRIVÉE
9. BANNISSEZ TOUTE FORME DE VIOLENCE

Plus d'informations sur [www.inrs.fr/RPS](http://www.inrs.fr/RPS)

## Risques psychosociaux. 9 conseils aux managers pour agir au quotidien

AFFICHE  
AD 833  
2019

Stress, harcèlement, agression, burnout... les risques psychosociaux prennent diverses formes. S'ils ne sont pas pris en compte, des conséquences peuvent apparaître sur la santé des salariés et le bon fonctionnement de l'entreprise. Alors, comment agir au quotidien ? Nos réponses en neuf conseils.

décryptage... **inrs**

**Risques psychosociaux, bien-être et qualité de vie au travail**

Avril 2019

# De quoi parle-t-on ?

**Facteurs de risques psychosociaux**

Les facteurs d'origine des risques psychosociaux sont nombreux et énumérés dans ce dossier. Ils sont regroupés en trois catégories : facteurs organisationnels, facteurs liés à la tâche et facteurs liés à la personne.

- INTENSITÉ et temps de travail ;
- MANQUE d'autonomie ;
- MANQUE de reconnaissance ;
- RAPPORTS toxiques au travail ;
- CONFLITS d'intérêts ;
- INÉGALITÉ de la situation de travail ;

## Risques psychosociaux, bien-être et qualité de vie au travail

PUBLICATION  
ED 8002  
4 p., 2019

Les notions de risques psychosociaux, de bien-être au travail et de qualité de vie au travail recouvrent des réalités distinctes, bien que des liens existent. Ce décryptage vise à clarifier ces trois termes. Il précise leurs liens avec les obligations des entreprises en matière de santé au travail et de prévention, ainsi que leurs cadres juridiques et réglementaires respectifs.



## Les mécanismes du stress au travail

### ANIMATION

Anim-005  
2 min 20

Comment réagit l'organisme lorsqu'on est stressé dans le travail ? Et quelles en sont les conséquences sur la santé ? Cette animation pédagogique explique les effets du stress sur l'individu et présente la différence entre un stress aigu, qui ne dure pas, et un stress chronique, aux conséquences plus graves.



## Napo dans... Le stress au travail

### VIDÉO

DV 0401  
10 min 30, 2014

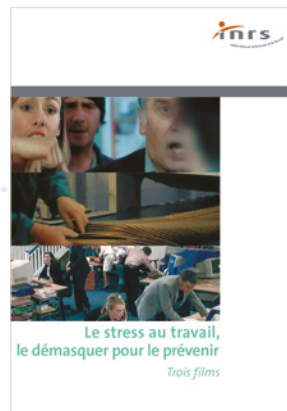
Napo, la mascotte de la prévention, est confronté aux risques psychosociaux. Ce film de sensibilisation met en lumière les situations de travail qui favorisent l'apparition des risques psychosociaux.

## Le stress au travail, le démasquer pour le prévenir

### VIDÉO

DM 0365  
18 min, 2006

Cette vidéo composée de trois films courts a pour objectif de s'attaquer aux idées reçues sur le stress au travail et convaincre l'entreprise d'agir en prévention collective.



## J'ai mal au travail : stress, harcèlement, et violences

### VIDÉO

DVD 0327  
64 min, 2004

Cette vidéo traite tour à tour du stress, du harcèlement moral et des violences externes au travail au travers de témoignages réels, suivis d'une analyse par un expert.





## Violences externes. Nul n'est à l'abri !

**VIDÉO**  
Anim-076  
1 min

Ce spot met en scène Fabien, technicien d'un service après-vente, qui doit faire face tous les jours à de l'agressivité, à des reproches, parfois à des insultes de clients mécontents. Cette vidéo de sensibilisation fait prendre conscience qu'un grand nombre de salariés travaillant en contact avec du public est confronté à des violences externes, face auxquelles des actions de prévention sont possibles.



## D'une maison à l'autre. Risques professionnels et aide à domicile

**VIDÉO**  
DV 0346  
54 min, 2005

Ce documentaire montre différents aspects du travail des aides à domicile auprès des personnes âgées : la pénibilité physique, la pénibilité psychique, la confrontation avec la mort, les problèmes d'organisation du travail, la nécessité de poser des limites.

## Santé et sécurité dans les métiers de la restauration

**VIDÉO**  
DV 1575  
52 min, 2006

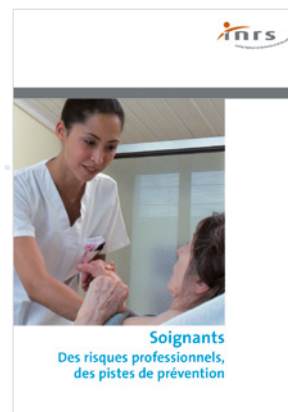
Ce film et les témoignages qui l'accompagnent illustrent les problématiques de santé et de sécurité dans le secteur de la restauration. La 3<sup>e</sup> partie de cette vidéo traite plus particulièrement du stress au travail.



## Soignants. Des risques professionnels, des pistes de prévention

**VIDÉO**  
DV 0387  
51 min, 2009

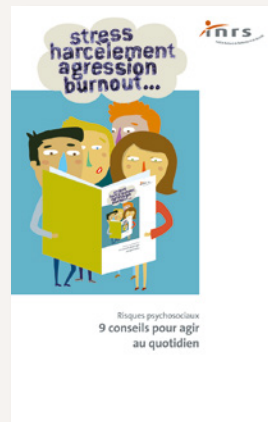
Cet audiovisuel traite des risques professionnels des soignants en établissements de soins. Se dégagent prioritairement le stress et la charge mentale vécus par les personnels, ainsi que les troubles musculosquelettiques.





# POUR AGIR EN PRÉVENTION

## PUBLICATION

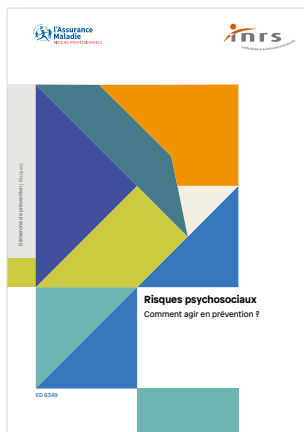


### Risques psychosociaux. 9 conseils pour agir au quotidien

#### PUBLICATION

ED 6250  
36 p., 2016

Ce guide donne aux managers (chefs d'entreprise, encadrement intermédiaire, DRH), des clés de compréhension pour agir en prévention des risques psychosociaux. Il tord le cou aux idées reçues et fournit des conseils pour agir au quotidien.

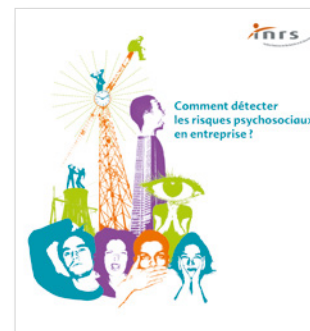


### Risques psychosociaux. Comment agir en prévention ?

#### PUBLICATION

ED 6349  
40 p., 2022

Cette brochure présente les différentes circonstances qui conduisent une entreprise à agir en prévention des risques psychosociaux, ainsi que les étapes clés d'une démarche pérenne. Elle est particulièrement adaptée pour les entreprises disposant d'un comité social et économique (CSE).



### Comment détecter les risques psychosociaux en entreprise ?

#### PUBLICATION

ED 6086  
Dépliant, 2014

Ce dépliant décrit les étapes essentielles pour dépister les risques psychosociaux dans l'entreprise.



## Dépister les risques psychosociaux : des indicateurs pour vous guider

**PUBLICATION**  
ED 6012  
48 p., 2010

Cette brochure fournit une liste d'indicateurs, non limitative, permettant d'identifier d'éventuels risques psychosociaux dans le milieu professionnel.



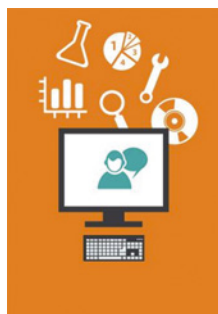
## Évaluer les facteurs de risques psychosociaux : l'outil RPS-DU

**PUBLICATION**  
ED 6403  
44 p., 2021

Cette brochure porte sur la démarche d'évaluation des risques psychosociaux (RPS) en entreprise, en vue de leur intégration dans le document unique d'évaluation des risques professionnels (DUER) et de la mise en place de mesures de prévention. Elle décrit les différentes étapes de cette démarche, en répondant aux questions les plus courantes sur le sujet.

## Faire le point RPS. Évaluation des RPS dans les petites entreprises

**OUTIL EN LIGNE**  
Outil 37  
Outil 42



L'outil *Faire le point RPS* est destiné aux petites entreprises. Il permet d'identifier les facteurs de risques psychosociaux (RPS) et aide à intégrer les RPS au document unique d'évaluation des risques professionnels (DUER), comme l'impose la réglementation. En outre, il fournit des indications et des pistes pour faciliter l'élaboration d'un plan d'action (outil 37, 2020, [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)). Cet outil a été décliné pour les structures du secteur sanitaire et social (outil 42, 2020, [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)).

## Évaluer les interventions de prévention des RPS-TMS. Guide à l'usage des intervenants

**PUBLICATION**  
ED 6328  
56 p., 2017

Ce guide pratique accompagne étape par étape les intervenants dans leur démarche d'évaluation de leur intervention. Il propose des apports méthodologiques sur l'évaluation des actions, des exemples illustratifs et une grille regroupant les conséquences potentielles des démarches de prévention des risques psychosociaux (RPS) et troubles musculosquelettiques (TMS).





## Prévention des risques psychosociaux. Se faire accompagner par un consultant

**PUBLICATION**  
ED 6479  
20 p., 2022

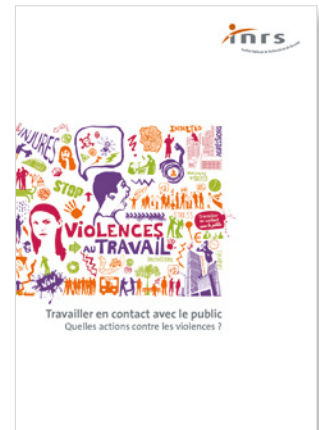
Il est parfois nécessaire de faire appel à un consultant dans le cadre d'une démarche de prévention des RPS. Ce guide a pour but de répondre aux interrogations des entreprises en les aidant à clarifier leurs besoins, à choisir un consultant externe et à collaborer avec lui.



## VIOLENCES EXTERNES Travailler en contact avec le public : quelles actions contre les violences ?

**PUBLICATION**  
ED 6201  
32 p., 2015

Cette brochure donne des repères pour mieux comprendre les violences externes, leurs conséquences sur la santé des salariés et sur l'entreprise. Il détaille les différents facteurs de risques et oriente vers des pistes de prévention pour y remédier.



GUIDE D'AIDE À LA PRÉVENTION

### Le syndrome d'épuisement professionnel ou burnout

Mieux comprendre pour mieux agir

## BURNOUT

### Guide d'aide à la prévention. Le syndrome d'épuisement professionnel ou burnout

**PUBLICATION**  
34 p., 2015

Ce guide met en évidence les facteurs liés au travail sur lesquels l'entreprise peut agir en répondant à trois questions :

- Que recouvre le burnout ?
- Quels sont les actions collectives et individuelles qui peuvent être mises en œuvre pour prévenir ce syndrome ?
- Quelles recommandations peuvent être données pour réagir, collectivement et individuellement, face à un ou plusieurs cas de burnout ?

Document réalisé avec la DGT et l'Anact, téléchargeable en version PDF sur le site [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)



Démarche d'enquête paritaire du CSE concernant les suicides ou les tentatives de suicide

## SUICIDE

### Démarche d'enquête paritaire du CSE concernant les suicides ou les tentatives de suicide

**PUBLICATION**  
ED 6125  
44 p., 2019

Cette brochure explique comment le CSE peut agir suite à la survenue d'un suicide ou d'une tentative de suicide d'un salarié, en votant la mise en place d'une délégation d'enquête paritaire interne et en conduisant une analyse approfondie de la situation.



VOIR  
AUSSI

## Les questionnaires dans la démarche de prévention du stress au travail

### ARTICLE

TC 134, revue *Références en santé au travail*  
13 p., 2011

Les questionnaires font partie des outils qu'il est possible d'utiliser dans une démarche de prévention des risques psychosociaux. Leurs construction et utilisation nécessitent de respecter un certain nombre de règles. Ce document a pour but de donner quelques pistes au préventeur pour l'aider à choisir le questionnaire pertinent au regard de la situation à évaluer.

## Fiches analyse de questionnaires RPS

### ARTICLE

FRPS, revue *Références en santé au travail*  
De 2 à 5 p.

Cette série de fiches donne un certain nombre d'informations sur l'utilisation, l'objectif précis, la structuration, les qualités psychométriques... de chaque questionnaire analysé. Ces fiches permettent d'aider les préventeurs à choisir celui ou ceux qui sont les plus adaptés à leurs besoins. Une quarantaine de questionnaires a été analysée.

## Violence interne : derrière les conflits, l'organisation du travail en question

### ARTICLE

DC 10, revue *Hygiène et sécurité du travail*  
4 p., 2015

Les violences internes sont généralement le fait de dérives organisationnelles et relationnelles se déroulant au sein d'une même organisation de travail. Afin de guider l'action de prévention, l'INRS propose un modèle général d'analyse permettant d'identifier les processus délétères en cause et, ainsi, d'agir là où se concentrent les difficultés.

## Prévention des risques psychosociaux : méthodes et pratiques

### DOSSIER

DO n° 25, revue *Hygiène et sécurité du travail*  
27 p., 2019

Aujourd'hui, les risques psychosociaux ne peuvent plus être considérés comme des risques dits « émergents ». Désormais, il ne s'agit plus pour l'entreprise de « faire faire » (par la réalisation d'un diagnostic approfondi assuré par des compétences extérieures) mais de « faire par elle-même ». La prévention des risques psychosociaux se « déspecialise » en s'internalisant. Il est donc apparu nécessaire d'actualiser la démarche de prévention des RPS. Elle consiste en particulier à mettre l'accent sur l'étape de préparation, déterminante pour aboutir à un plan d'actions en lien avec le diagnostic posé sur les situations de travail.

## Burnout : mieux connaître l'épuisement professionnel

### ARTICLE

DC 7, revue *Hygiène et sécurité du travail*  
4 p., 2014

Bien que le burnout semble une problématique de santé au travail assez récente, ce concept n'est pas nouveau dans la mesure où il est apparu dans le milieu des années 1970. Mais que recouvre exactement le burnout ? Cet article est l'occasion de faire le point sur ce syndrome, d'examiner sa place dans le champ des risques psychosociaux et d'aborder l'utilité de ce concept pour les acteurs de la santé au travail.

## Expositions psychosociales et santé : état des connaissances épidémiologiques

### ARTICLE

TP 13, revue *Références en santé au travail*  
9 p., 2011

De nombreuses études épidémiologiques portent sur les relations entre les conditions de travail et l'état de santé (maladies cardiovasculaires, troubles musculosquelettiques, santé mentale, stress chronique, atteintes immunitaires). Ce document a pour objectif de faire une synthèse, sous forme d'un tableau, sur les liens bien établis, ceux qui le sont moins et ceux qui ne sont pas encore étudiés.



## COMMENT SE PROCURER LES RESSOURCES DE L'INRS ?

**Les ressources INRS  
sont téléchargeables**  
sur notre site Internet [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr).

Les entreprises du régime général de la Sécurité sociale peuvent se procurer les publications et les affiches à titre gratuit auprès des services de prévention des Carsat/Cramif/CGSS de leur région. L'INRS propose également un service de commande en ligne pour les brochures, dépliants et affiches, payant au-delà de deux documents par commande.

Les entreprises hors régime général de la Sécurité sociale peuvent acheter les productions auprès de l'INRS.

### POUR COMMANDER :

- S'adresser en priorité à la Carsat/Cramif/CGSS de votre région ; leurs coordonnées sont disponibles sur : <https://www.inrs.fr/reseau-am>
- Remplir le formulaire de commande accessible depuis les publications en ligne sur le site : <https://www.inrs.fr>
- Pour toute information complémentaire, s'adresser à : [service.diffusion@inrs.fr](mailto:service.diffusion@inrs.fr)

[www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

La principale mission de l'INRS est d'informer sur la prévention des risques professionnels et l'amélioration des conditions de travail.

Ce catalogue vous propose l'essentiel de nos productions (brochures, dépliants, affiches, vidéos, dossiers web...) sur la prévention des risques psychosociaux.

Nous vous invitons à consulter le site Internet de l'INRS pour retrouver l'ensemble de nos productions.

Pour plus d'information, contactez-nous : [info@inrs.fr](mailto:info@inrs.fr)



Institut national de recherche et de sécurité  
pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles  
65, boulevard Richard-Lenoir 75011 Paris • Tél. 01 40 44 30 00 • [info@inrs.fr](mailto:info@inrs.fr)

**Édition INRS ED 4700**

4<sup>e</sup> édition • octobre 2022 • 5 000 ex. • ISBN 978-2-7389-2805-4  
Design graphique : Miserezdesign • Visuels : INRS/Freepik  
Mise en pages : Béatrice-Anne Fournier/INRS • Impression : Corlet

[www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

YouTube

