

# Soutien psychologique / Santé mentale

---

## Préserver la santé mentale et offrir un espace d'écoute aux collaborateurs

---

Le soutien psychologique permet aux salariés de bénéficier d'un accompagnement professionnel, confidentiel et accessible face aux difficultés personnelles ou professionnelles rencontrées.

### Pour qui ?

---

- Collaborateurs
- Managers
- Équipes confrontées à un événement sensible
- Organisations souhaitant renforcer leur démarche de prévention

### Ce que nous faisons concrètement

---

- Entretiens individuels
- Permanences d'écoute
- Cellules de soutien psychologique
- Accompagnement post-événement
- Orientation vers les dispositifs adaptés
- Accompagnement des situations de stress ou de surcharge mentale

### Les bénéfices

---

- Préserver la santé mentale des équipes
- Prévenir les risques psychosociaux
- Accompagner les périodes de changement
- Favoriser l'engagement des collaborateurs
- Renforcer la qualité de vie au travail

### (voir avec Laura) Situations pouvant justifier un accompagnement

---

- Stress
- Épuisement professionnel
- Conflits
- Changement organisationnel
- Situation personnelle difficile
- Événement traumatique

### Questions fréquentes

---

Quand mettre en place un soutien psychologique ?

Dès les premiers signes de difficulté ou lors d'une situation sensible au sein de l'organisation.

### **Les échanges sont-ils confidentiels ?**

Oui. Aucune information individuelle n'est transmise à l'employeur.

### **Peut-on mettre en place une cellule d'écoute ?**

Oui. De manière ponctuelle ou pérenne selon les besoins.

### **Quels sont les domaines d'intervention ?**

- Conduite du changement : Lever la résistance susciter la motivation ; Développer les compétences
- Soutien psychologique : Groupe de parole, Soutien psychologique, Gestion de crise...
- Baromètre social : Audit, Recommandations, Résultats et suivi
- Analyses des pratiques professionnelles : Observation, Théorisation, problématique, conception nouvelles pratiques et analyse
- Coaching management : Atteindre les objectifs, Communiquer au sein de l'équipe, Diminuer les tensions

### **Autre question à voir :**

- Comment accompagner la santé mentale des salariés ?
- Comment mettre en place une cellule d'écoute ?
- Comment prévenir les risques psychosociaux ?

## **Témoignages à trouver**

---

Revision #3

Created 2026-05-29 09:36:49 UTC by Laura LABAN

Updated 2026-05-29 12:21:31 UTC by Laura LABAN