

## Feuille de travail sur le soutien psychologique et social

**Remarque à l'intention de l'animateur :** Servez-vous de cette feuille de travail pour amorcer une discussion sur le **soutien psychologique et social**, l'un des 13 facteurs se répercutant sur la santé mentale des employés. Assurez-vous de faire preuve d'ouverture en encourageant les participants à répondre aux questions et à exprimer leur opinion librement. Les cadres suivants se prêtent bien aux discussions en groupe : une réunion d'équipe, un déjeuner-conférence, une séance d'orientation de nouveaux employés, une rencontre avec la direction ou une réunion syndicale.

**Matériel conseillé :** ordinateur portable, haut-parleurs, projecteur avec écran, tableau de papier avec marqueurs, tableau noir ou tableau blanc.

### Déroulement conseillé :

Visionnez la vidéo une première fois au [www.tempsDENparler.ca](http://www.tempsDENparler.ca).

Lisez la définition du **soutien psychologique et social** :

Selon [Au programme](#), le **soutien psychologique et social** est présent dans un milieu de travail où les préoccupations liées à la santé psychologique et mentale des employés sont prises au sérieux par leurs collègues et leurs superviseurs, et font l'objet d'une réponse appropriée au besoin.

### Posez les questions suivantes aux participants :

1. Réfléchissez à un moment où vous avez eu l'impression de ne pas recevoir de **soutien psychologique** au travail. Comment vous êtes-vous senti?
2. Quelle serait votre description d'un environnement de travail favorisant le **soutien psychologique et social**?

Visionnez la vidéo une deuxième fois.

### Posez les questions suivantes aux participants :

3. Qu'est-ce qui aurait pu être fait autrement dans le scénario mettant en scène Eileen et Marco?
4. Quelles stratégies pourraient contribuer à promouvoir le **soutien psychologique et social** dans VOTRE milieu de travail?
5. Notez différents moyens que VOUS pourriez mettre en œuvre pour favoriser le **soutien psychologique et social** dans votre milieu de travail.

