



- TRAVAIL-  
Document 1  
mise à jour 030420

## Informations et conseils à destination des psychologues exerçant dans le champ de la santé au travail en période de COVID-19

L'ensemble des éléments proposés dans cette fiche sont le fruit d'un travail collectif, élaboré par des psychologues du travail, issus de services de santé au travail (AST 74, Santé au Travail 72, Santé Travail Drôme Vercors) et de plusieurs associations : Reliance et Travail, Penser Ensemble Le Travail (PELT) et la Fédération Française des Psychologues et de Psychologie (FFPP).

**Mots clés : psychologue - santé - travail - ressources - COVID**

L'exercice du psychologue est d'une manière générale assez solitaire. C'est pourquoi, il est plus que jamais important de se soutenir et d'étayer notre pratique professionnelle. La Fédération Française des Psychologues et de Psychologie est présente pour ses adhérents et toutes les personnes psychologues ou non en recherche d'informations fiables.

### 1. Le coronavirus covid-19 : de quoi s'agit-il ?

**Source :** <https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus> - consulté le 25/03/2020

Les coronavirus sont une grande famille de virus, qui provoquent des maladies allant d'un simple rhume (certains virus saisonniers sont des Coronavirus) à des pathologies plus sévères comme le MERS-COV ou le SRAS. Le virus identifié en janvier 2020 en Chine est un nouveau Coronavirus, nommé SARS-CoV-2. La maladie provoquée par ce coronavirus a été nommée COVID-19 par l'Organisation mondiale de la Santé - OMS. Depuis le 11 mars 2020, l'OMS qualifie la situation mondiale du COVID-19 de pandémie ; c'est-à-dire que l'épidémie est désormais mondiale.

#### **Quels sont les symptômes du Coronavirus COVID-19 ?**

Les symptômes principaux sont la fièvre ou la sensation de fièvre et la toux. La perte brutale de l'odorat, sans obstruction nasale et disparition totale du goût sont également des symptômes qui ont été observés chez les malades. Chez les personnes développant des formes plus graves, on retrouve des difficultés respiratoires, pouvant mener jusqu'à une hospitalisation en réanimation et au décès.

#### **Comment se transmet le Coronavirus COVID-19 ?**

La maladie se transmet par les gouttelettes (sécrétions projetées invisibles lors d'une discussion, d'éternuements ou de toux). On considère donc qu'un contact étroit avec une personne malade est

nécessaire pour transmettre la maladie : même lieu de vie, contact direct à moins d'un mètre lors d'une toux, d'un éternuement ou une discussion en l'absence de mesures de protection. Un des autres vecteurs privilégiés de la transmission du virus est le contact des mains souillées par des gouttelettes.

C'est donc pourquoi les gestes barrières et les mesures de distanciation sociale sont indispensables pour se protéger de la maladie.

## 2. Quelles actions peut légitimement mener le psychologue (du travail, clinicien, ergonome) durant cette pandémie ?

Au delà des risques importants concernant la santé des personnes, la situation de pandémie risque d'occasionner de multiples dérégulations : au niveau de la gestion individuelle et collective de l'activité et plus largement au niveau de l'organisation du travail, pendant et après la crise.

Les psychologues du travail font partie des interlocuteurs privilégiés pour aider à prévenir les altérations de la santé psychique, à reconstruire les liens, à anticiper et soutenir le retour dans une activité collective de travail, suffisamment porteuse.

Ainsi, les compétences ci-dessous sont essentielles à mobiliser :

- **Ecouter la parole** des professionnels sur leurs situations de travail pour réguler **les angoisses, la peur, la colère, la détresse, la panique** concernant le risque :
  - d'être infecté dans de cadre de situations de travail qui exposent fortement sans possibilités suffisantes de protections,
  - d'être agent de transmission au sein de son activité, sur son lieu de travail, et/ou dans le cadre de sa sphère familiale,
  - de ne pas y arriver (physiquement et psychologiquement),
  - de ne pas être à la hauteur (des enjeux, dans la durée, du respect des critères de qualité du travail "bien fait"),
  - d'être maltraitant (d'être amené à faire des actions contraires aux valeurs éthiques du travail, de se sentir débordé par cette mission de maintenir la continuité des activités et par les émotions éprouvées, les violences agies par les collaborateurs, les collègues et les usagers, etc.)
  
- **Soutenir l'action** des encadrants/managers, des employeurs, des membres CSE, des salariés pour **sécuriser le lieu de travail**, (Pour aller plus loin, consulter la fiche 2 : "*Guide à destination des employeurs : comment préserver la santé psychologique des travailleurs en période de crise sanitaire COVID 19*")
  
- **Rendre accessible toutes les informations gouvernementales** ou autres, en consultant régulièrement ce site : <https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>
  
- **Faire du lien entre les personnes, les associations, les dispositifs**, pour éviter l'isolement des psychologues,

- Aider au montage de dispositif spécifique de prise en charge et de prévention individuelle-collective,

**L'ensemble de ces fonctions, pour lesquelles les psychologues sont formés, outillés, expérimentés, sont essentielles en temps normal et le sont encore plus dans ce contexte de pandémie.**

### 3. Quelques conseils pour le soutien psychologique et la pratique de l'entretien en situation de crise et dans une dimension de prévention de l'altération de la santé au travail :

- ★ 1 diaporama à télécharger et à écouter (à destination des psychologues et des écoutants non psychologues) - N.B : Lancer le diaporama pour avoir accès aux consignes vocales :
  - "L'entretien de soutien psychologique : 1ers points de repères"
- ★ 1 vidéo à consulter sur les [fondements de l'écoute active](#) :
- ★ 1 Guide de l'OMS à télécharger : « [les premiers secours psychologiques-guide pour les acteurs de terrain](#) »

### 4. Quelques pistes pour transmettre des conseils de prévention à valeur ajoutée :

- ★ Participer à des webinaires dédiés à la santé psychologique au travail proposés par des cabinets spécialisés en prévention des risques professionnels (JLO, Performanse...) ou des institutions (Aract, INRS)
- ★ Discuter avec d'autres psychologues via les réseaux sociaux ou des forums de discussions professionnels, etc.
- ★ Consulter régulièrement [le site de la FFPP](#)
- ★ Suivre le hashtag [#psychoenaction](#) sur twitter et/ou LinkedIn
- ★ Lire des publications scientifiques sur les plateformes gratuites : @ctivités, pistes, cairn (parfois gratuit), google scholar,...

**Pour toutes demandes d'informations sur le Covid-19 :  
un seul numéro vert 0 800 130 000.**

## 5. Ressources mobilisables pour la pratique professionnelle et pour soi :

La situation inédite que nous sommes en train de vivre, nous confronte nous-même en tant que personne avant de nous interpellier dans notre activité. Il est donc indispensable de pouvoir penser ce qui se passe pour soi, afin d'être dans les meilleures dispositions pour aider autrui.

### **Ressources sur le plan professionnel**

L'annuaire des [consultations souffrance et travail](#)

La permanence pluridisciplinaire (inspecteur du travail, médecin du travail, avocat, juriste, syndicaliste, psychologue du travail) de la bourse du travail, initiée par la docteur Marie Pascual. Les salarié.e.s peuvent demander conseil en adressant un message à l'adresse ci-dessous. Ils seront contactés par téléphone et mis en relation avec deux permanents :

[orga-permanence@neplusperdresaviealagagner.org](mailto:orga-permanence@neplusperdresaviealagagner.org)

La plateforme nationale "SPS" pour les soignants. Il s'agit d'un numéro vert, gratuit et anonyme où des psychologues proposent du soutien ponctuel ou dans la durée aux soignants (quel que soit leur statut et/ou leur établissement d'appartenance). Toutes les informations en cliquant sur le [lien](#) ci-dessous :

Numéro vert gratuit : 0 805 23 23 36 – 7jour/7 et 24h/24

La Mutuelle Nationale Territoriale (MNT) met à disposition une [plateforme](#) pour tous les agents de toutes les collectivités :

La Croix rouge propose une ligne d'écoute anonyme, confidentielle et gratuite, 7j/7, de 10h à 22h -

Numéro vert gratuit : 0800 858 858

SOS amitié (écoute, soutien psychologique) : 09 72 39 40 50 ou 04 50 27 70 70

[Conseils pour les psychologues en libéral](#) - COVID-19 - par le Syndicat National des Psychologues :

Une boîte mail à destination des intervenants terrain (tous champs de la psychologie) permettant de recueillir vos questions, vos demandes d'informations ou de proposition de d'interventions :

[psychoenactionffpp@gmail.com](mailto:psychoenactionffpp@gmail.com)

Sur les réseaux sociaux :

★ Suivez l'hashtag #psychoenaction

