

## La panique sur le lieu de travail

Pour un grand nombre de personnes, la crise Corona provoque du stress, de l'anxiété et des sentiments d'incertitude et d'impuissance. Les gens ont peur de se contaminer, ils sont confrontés à l'insécurité d'emploi, ils s'inquiètent de leur famille et leurs amis,... Cela peut causer de la panique sur le lieu de travail.

Nous aimerions bien vous (en tant que responsable) donner des conseils pour contrôler ces réactions de panique.

### Comment contrôler la panique?

#### **Communiquez et fournissez assez d'informations**

Communiquez à temps de l'état actuel des choses vers tous les collaborateurs. Faites comprendre les mesures à être prises pour protéger leur santé. Ecoutez leurs questions, liez ces questions et essayez de les répondre aussi vite que possible. Soyez transparent et honnête, aussi en cas d'une mauvaise nouvelle. Défendez clairement vos décisions (interdictions et obligations). Communiquez sur une base régulière pour éviter les fausses rumeurs et mensonges.

#### **Montrez de l'empathie et adressez-vous aux collaborateurs**

Offrez vos collaborateurs la possibilité de s'exprimer et reconnaissez leurs sentiments. Réprimandez les gens si, à cause de leur conduite, les sentiments d'angoisse des autres s'aggravent.

#### **Créez la solidarité**

Essayez d'infléchir l'influence négative d'aggravation des sentiments d'angoisse et misez sur initiatives (digitales) qui puissent renforcer la solidarité entre les collaborateurs (p.ex. séances de déjeuner digitales, organiser quelque chose pour les collaborateurs en quarantaine,...)

### Un dernier conseil: renvoyez

Vous pouvez renvoyer vos collaborateurs à la personne de confiance interne ou au conseiller en prévention aspects psychosociaux externe pour un entretien individuel. Vous pouvez également renvoyer aux dépliants sur notre site web. Ceux-ci comprennent quelques conseils pratiques sur le bien-être psychosocial au temps du Corona.

Comment nous contacter?

CLB Prévention Externe  
Service Aspects Psychosociaux

T 011 30 00 28

e-mail [psycho@clbgroup.be](mailto:psycho@clbgroup.be)

