Mental-Health Matters: Psychological Safety & Its Link to Physical Safety Stats and Facts – French



FAITS

- **Fatigue et Surcharge Cognitive :** La fatigue mentale réduit l'attention, ralentit le temps de réaction et augmente la probabilité d'erreurs et d'incidents lors de tâches routinières.
- **Stress et Distraction :** Des niveaux élevés de stress peuvent nuire à la concentration et à la prise de décision, menant à des dangers non détectés et à des comportements non sécuritaires.
- **Mauvais Climat de Communication :** Les travailleurs qui ne se sentent pas en sécurité pour s'exprimer peuvent ne pas signaler les dangers, quasi-accidents ou conditions non sécuritaires à temps pour prévenir les incidents.
- **Épuisement et Vigilance Réduite :** Le stress chronique et l'épuisement professionnel diminuent la conscience situationnelle et augmentent le risque d'erreurs dans les environnements à risque élevé.
- **Harcèlement et Conflits en Milieu de Travail :** La tension psychologique causée par des conflits ou du harcèlement peut distraire les travailleurs et contribuer à des comportements non sécuritaires ou à une réduction de la concentration.
- **Manque de Sécurité Psychologique :** Quand les travailleurs craignent des reproches ou des représailles, des préoccupations de sécurité critiques peuvent ne pas être signalées, augmentant l'exposition aux dangers.
- **Prise de Décision Altérée :** L'anxiété, le stress ou la détresse émotionnelle peuvent affecter le jugement, augmentant les risques de faire des choix non sécuritaires lors de tâches critiques.

STATISTIQUES

- Aux États-Unis, plus de 120 000 blessures au travail par année sont liées à la fatigue ou à une réduction de l'état d'éveil, ce qui met en évidence l'impact du stress mental sur la sécurité physique (Conseil national de la sécurité, estimations récentes).
- Les données américaines montrent que les travailleurs qui vivent des

niveaux élevés de stress sont significativement plus susceptibles d’être impliqués dans des incidents et des blessures au travail, selon des études en santé et sécurité du travail (NSC et CDC, 2021–2023).

- Au Canada, les réclamations liées à la santé mentale représentent une part croissante des réclamations avec perte de temps au travail, ce qui reflète l’impact de la tension psychologique sur la sécurité et le rendement des travailleurs (Association des commissions des accidents du travail du Canada, années récentes).
- Des recherches américaines indiquent que la fatigue contribue à un pourcentage important d’incidents graves en milieu de travail, particulièrement dans les rôles sensibles à la sécurité (Conseil national de la sécurité, 2021–2023).
- Au Canada, les données en milieu de travail montrent que le stress et les facteurs psychologiques sont liés à une augmentation de l’absentéisme et des taux d’incidents, ce qui affecte la performance globale en matière de sécurité (ACATC, rapports récents).