

Exigences psychologiques au travail



DÉFINITION

Cet indicateur réfère à la quantité de travail à accomplir, aux exigences mentales ou physiques de même qu'aux contraintes de temps liées à ce travail. Cet indicateur est aussi appelé « Charge de travail » et est considéré comme un risque psychosocial de travail lorsque le niveau est élevé⁽¹⁾.

CONSTRUCTION DE L'INDICATEUR

Cinq items¹ adaptés du *Job Content Questionnaire* de Karasek sont utilisés pour mesurer les exigences psychologiques du travail, soit :

1. On me demande de faire une quantité excessive de travail.
2. Mon travail exige d'aller très vite.
3. J'ai suffisamment de temps pour faire mon travail.
4. Mon travail exige de travailler très fort.
5. Je reçois des demandes contradictoires de la part des autres, ces demandes peuvent provenir de différents groupes : supérieurs, collègues, clientèle, etc.

Pour construire l'indicateur des exigences psychologiques, pour chaque question : attribuer 1 point aux répondants qui sont d'accord et 2 points aux répondants qui sont fortement d'accord (les scores sont inversés pour l'item 3).

L'échelle varie de 0 à 10. Les catégories retenues sont :

- 0 ou 1 = faible;
- 2 ou 3 = modéré;
- 4 ou plus = élevé.

RÉSULTATS DES ITEMS

Les résultats pour les cinq items reliés aux exigences psychologiques au travail sont :

- 32 % des travailleurs et 35 % des travailleuses considèrent qu'on leur demande de faire une quantité excessive de travail.
- 52 % des travailleurs et 57 % des travailleuses mentionnent avoir un travail qui exige d'aller très vite.
- 21 % des travailleurs et 30 % des travailleuses considèrent ne pas avoir suffisamment de temps pour faire leur travail.
- 77 % des travailleurs et 74 % des travailleuses considèrent que leur travail exige de travailler très fort.
- 35 % des travailleurs et 32 % des travailleuses estiment recevoir des demandes contradictoires.

RÉSULTATS DE L'INDICATEUR

De façon globale, ce sont près du tiers des répondants (32 %) qui présentent un niveau élevé d'exigences psychologiques au travail. Cependant la proportion de femmes exposées à un niveau élevé d'exigences psychologiques est plus importante que celle des hommes.

Exigences psychologiques au travail selon le sexe



¹ La question du questionnaire original de Karasek « Je subis plusieurs interruptions et distractions dans la réalisation de mes tâches » ne fait plus partie de l'indicateur révisé et validé, mais elle est présente dans l'EQSP 2014. Cette contrainte touche un grand nombre de travailleurs : 54 % des travailleurs ayant participé à l'enquête ont mentionné subir plusieurs interruptions et distractions dans la réalisation de leurs tâches.

