

DIAGNOSTIC DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Questionnaire RPS — Version homogénéisée

33 items • 9 dimensions • Échelle de fréquence (1 à 4)

Période de référence : les derniers mois

Organisation :

[NOM DE L'ORGANISATION]

Responsable du traitement :

[NOM / EMAIL DU DPO]

Date de passation :

____ / ____ / ____

Ce questionnaire est ANONYME. Les réponses sont agrégées à des fins diagnostiques collectives. Aucune donnée individuelle identifiable ne sera publiée. Protection des données : RGPD.

QUESTIONNAIRE RPS — Risques Psychosociaux

CONSIGNE : Pour chaque affirmation, indiquez à quelle fréquence vous la vivez dans votre travail actuel (période : les derniers mois). Il n'y a ni bonne ni mauvaise réponse — répondez spontanément et honnêtement.

ÉCHELLE DE RÉPONSE ① Jamais (non) • ② Parfois • ③ Souvent • ④ Toujours (oui)

1. DONNÉES SOCIO-PROFESSIONNELLES (facultatif — lecture agrégée uniquement)

Service / Équipe	
Site / Établissement	
Fonction / Métier	
Statut	Cadre / Agent de maîtrise / Employé(e) / Ouvrier(ère) / Autre
Type de contrat	CDI / CDD / Intérim / Indépendant(e) / Alternance / Stage / Autre
Temps de travail	Temps plein / Temps partiel
Ancienneté organisation	< 1 an / 1-3 ans / 3-5 ans / 5-10 ans / > 10 ans
Ancienneté poste actuel	< 6 mois / 6-12 mois / 1-3 ans / 3-5 ans / > 5 ans
Management d'équipe	Oui / Non
Télétravail hebdomadaire	0 j / 1 j / 2 j / 3 j / 4 j / 5 j et +
Tranche d'âge	24- / 25-34 / 35-44 / 45-54 / 55+ / NR
Genre	Femme / Homme / Non-binaire / Préfère ne pas répondre

2. ITEMS — Dimension 1 : ⚡ Intensité et complexité du travail

N°	Affirmation	1 - Jamais	2 - Parfois	3 - Souvent	4 - Toujours
1	Je peux réaliser mon travail sans être soumis(e) à des contraintes de rythme excessives.	☐	☐	☐	☐
2	Les instructions que je reçois sont claires et cohérentes entre elles.	☐	☐	☐	☐
3	Je peux planifier mon travail sans changements imprévus et fréquents.	☐	☐	☐	☐
4	Je peux accomplir mes tâches sans interruptions excessives.	☐	☐	☐	☐
5	Mon activité me demande une concentration soutenue que je parviens à maintenir sereinement.	☐	☐	☐	☐
6	Les objectifs fixés sont atteignables avec les moyens dont je dispose.	☐	☐	☐	☐
7	Les objectifs sont suffisamment clairs pour travailler sereinement.	☐	☐	☐	☐

Dimension 2 : 🕒 Horaires de travail difficiles

N°	Affirmation	1 - Jamais	2 - Parfois	3 - Souvent	4 - Toujours
8	Mon temps de travail hebdomadaire reste raisonnable et compatible avec mon équilibre personnel.	☐	☐	☐	☐
9	Mes horaires sont stables et adaptés (hors horaires atypiques ou contraignants).	☐	☐	☐	☐
10	Je peux préserver mes temps hors travail sans sollicitations professionnelles.	☐	☐	☐	☐
11	Mes plannings sont communiqués avec un délai suffisant pour m'organiser.	☐	☐	☐	☐
12	Mes horaires me permettent de concilier vie professionnelle et vie personnelle.	☐	☐	☐	☐

Dimension 3 : 💬 Exigences émotionnelles

N°	Affirmation	1 - Jamais	2 - Parfois	3 - Souvent	4 - Toujours
13	Les relations avec le public/usagers/clients se déroulent dans de bonnes conditions.	☐	☐	☐	☐
14	Mon travail m'expose rarement à la souffrance d'autrui.	☐	☐	☐	☐
15	Je peux exprimer mes émotions et mon ressenti sans devoir toujours « faire bonne figure ».	☐	☐	☐	☐

Dimension 4 : 🛠️ Autonomie dans le travail

N°	Affirmation	1 - Jamais	2 - Parfois	3 - Souvent	4 - Toujours
16	Je dispose d'une réelle marge de manœuvre dans ma manière de travailler.	☐	☐	☐	☐
17	Je peux interrompre momentanément mon travail si nécessaire.	☐	☐	☐	☐
18	J'ai des opportunités pour développer et actualiser mes compétences.	☐	☐	☐	☐

Dimension 5 : 🤝 Rapports sociaux au travail

N°	Affirmation	1 - Jamais	2 - Parfois	3 - Souvent	4 - Toujours
19	Les relations entre collègues sont basées sur la confiance et l'entraide.	☐	☐	☐	☐
20	Je bénéficie du soutien de mon encadrement.	☐	☐	☐	☐
21	Le climat au sein de l'équipe est respectueux et courtois.	☐	☐	☐	☐
22	Mon travail est reconnu à sa juste valeur.	☐	☐	☐	☐

Dimension 6 : 🎯 Valeurs et qualité du travail

N°	Affirmation	1 - Jamais	2 - Parfois	3 - Souvent	4 - Toujours
23	Je peux réaliser mon travail avec le niveau de qualité que je souhaite.	☐	☐	☐	☐
24	Mon travail est en accord avec mes valeurs professionnelles.	☐	☐	☐	☐

Dimension 7 : 🛡️ Sécurité de l'emploi et du travail

N°	Affirmation	1 - Jamais	2 - Parfois	3 - Souvent	4 - Toujours
25	Je suis confiant(e) quant au maintien de mon activité dans les prochains mois.	☐	☐	☐	☐
26	Je suis serein(e) concernant ma situation professionnelle et socio-économique.	☐	☐	☐	☐

Dimension 8 : 🔄 Conduite du changement

N°	Affirmation	1 - Jamais	2 - Parfois	3 - Souvent	4 - Toujours
27	Les changements sont anticipés, accompagnés et expliqués de manière claire.	☐	☐	☐	☐

Dimension 9 : ✨ Sens au travail

N°	Affirmation	1 - Jamais	2 - Parfois	3 - Souvent	4 - Toujours
28	Je comprends clairement l'utilité et la finalité de mon travail.	☐	☐	☐	☐
29	Je perçois que mon travail contribue positivement au projet global de l'organisation.	☐	☐	☐	☐
30	Mon travail a, pour moi, une valeur qui dépasse la simple exécution de tâches.	☐	☐	☐	☐
31	Je retrouve dans mon travail une cohérence avec mes valeurs personnelles et professionnelles.	☐	☐	☐	☐
32	Je ressens de la fierté dans la réalisation de mon travail.	☐	☐	☐	☐
33	J'ai le sentiment que mon travail est reconnu comme utile par mes collègues, l'encadrement ou les usagers.	☐	☐	☐	☐

COMMENTAIRES LIBRES (facultatif)

Si vous le souhaitez, illustrez par des situations concrètes et/ou proposez des pistes d'action.

Situations concrètes / pistes d'action :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Y a-t-il des dimensions que vous souhaiteriez voir évoluer dans votre travail actuel ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

GRILLE DE COTATION — USAGE CONSULTANT (confidentiel)

Échelle : 1 = Jamais (non) • 2 = Parfois • 3 = Souvent • 4 = Toujours (oui) | Score moyen = Somme / Nb items |
Seuils : ≥3,00 Favorable 2,00-2,99 Modéré <2,00 Élevé

Dimension (9)	Items	Score brut (somme)	Score moyen /4	Interprétation	Notes consultant
 Intensité et complexité du travail	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7			≥3,0 Favorable 2-2,99 Modéré <2 Élevé	
 Horaires de travail difficiles	8, 9, 10, 11, 12			≥3,0 Favorable 2-2,99 Modéré <2 Élevé	
 Exigences émotionnelles	13, 14, 15			≥3,0 Favorable 2-2,99 Modéré <2 Élevé	
 Autonomie dans le travail	16, 17, 18			≥3,0 Favorable 2-2,99 Modéré <2 Élevé	
 Rapports sociaux au travail	19, 20, 21, 22			≥3,0 Favorable 2-2,99 Modéré <2 Élevé	
 Valeurs et qualité du travail	23, 24			≥3,0 Favorable 2-2,99 Modéré <2 Élevé	
 Sécurité de l'emploi et du travail	25, 26			≥3,0 Favorable 2-2,99 Modéré <2 Élevé	
 Conduite du changement	27			≥3,0 Favorable 2-2,99 Modéré <2 Élevé	
 Sens au travail	28, 29, 30, 31, 32, 33			≥3,0 Favorable 2-2,99 Modéré <2 Élevé	
SCORE GLOBAL (moyenne des 9 dim.) 33 items Moyenne globale : _____ / 4					

LÉGENDE $\geq 3,00$: Situation favorable — faible niveau de risque RPS 2,00-2,99 : Risque modéré —
vigilance recommandée $< 2,00$: Risque élevé — intervention prioritaire recommandée

Questionnaire RPS — © Cabinet METHOD — psychologiedutravail.org | Usage strictement professionnel