

# La souffrance au travail

Rapport de Jean-Michel MEHEUT

Chers camarades,

La souffrance au travail, issue notamment des nouvelles organisations du travail et managériales, fait apparaître de nouvelles pathologies mentales ou somatiques du travail, associées à des pratiques délétères :

- le stress professionnel ; l'équipement ou la surcharge de travail,
- les décompensations psycho pathologiques (dépressions professionnelles – violences réactionnelles – maladies psychosomatiques...),
- les lésions par hyper sollicitation (troubles musculosquelettiques).
- le harcèlement au travail, le « mobling » ; les persécutions psychologiques, le burn out,
- les suicides dont l'effet déclencheur est le travail,
- etc...

Des études ont montré que de nombreux salariés avaient un sentiment de mal être au travail occasionnant une grande souffrance pouvant aboutir à des conséquences désastreuses sur la santé des personnels.

Pour lutter contre la souffrance au travail et les risques psycho -sociaux, il est nécessaire de décrire, comprendre et agir, car c'est toujours par la connaissance qu'on peut combattre... (les effets délétères de cette souffrance).

## **1. Quelques définitions :**

### **La santé :**

La santé, en tant que telle, n'existe pas. C'est un idéal à atteindre, une conquête, pas un don de la nature, car en permanence la personne doit lutter pour rechercher un équilibre (toujours instable) entre la maladie et l'idéal de santé.

Une personne est dite en santé lorsque, dans les épreuves de la vie, elle peut inventer des ..... de défense et ..... ses ressources (son histoire personnelle) pour se protéger.

### **La souffrance :**

La souffrance est une épreuve psychique en rapport avec le corps. Elle est toujours vécue individuellement.

Elle est intimement liée à l'existence humaine.

La souffrance au travail devient pathogène (déclenchement de maladies somatiques ou de troubles psychiques) quand elle submerge la personne.

### **L'organisation du travail :**

C'est la division du travail, le contenu de la tâche, les objectifs, le système hiérarchique et les relations de pouvoir, les questions de responsabilité, etc.

### **Les défenses psychiques :**

C'est le mode de protection que se donne la personne face à son exposition à la souffrance.

Il existe 2 sortes de défenses :

- les stratégies défensives individuelles,
- et les stratégies collectives qui sont de l'idéologie défensive du métier, aux règles de métier.

Les stratégies de défense collectives permettent aux personnes de faire face, ensemble, aux rapports de domination et à la réalité du travail, par :

- la mise en commun des souffrances vécues individuellement par les personnels, et la découverte de solidarité,
- l'analyse, la pensée commune sur le processus d'organisation du travail engendrant la souffrance,
- la recherche de démarches collectives d'action de prévention.

Elles évitent à l'intéressé la solitude, qui, par l'usure rapide des défenses individuelles, peut aboutir à la décompensation psychique ou somatique.

De nombreux sociologues, psychologues, ergonomes et autres chercheurs et spécialistes du travail ont montré l'importance centrale du travail pour l'être humain.

Il n'y a aucune fatalité au fait que le travail ait des répercussions néfastes sur la santé des salariés.

Le travail ne doit pas être que souffrance, au contraire, une activité professionnelle menée dans de bonnes conditions, si l'agent se sent utile dans l'organisation collective du travail, peut être épanouissant, avec des effets positifs sur la personnalité du salarié et la construction de sa santé, un objectif qui nécessite luttes et exigences revendicatives.

Il faut pour cela lui en donner les moyens matériels et financiers, penser les organisations de travail en l'associant aux décisions, comme avec les représentants des personnels, et, en premier lieu, à celles qui le concerne directement, tout en prenant en compte ses revendications qui peuvent être individuelles ou collectives (perspectives de déroulement de carrière et de progression professionnelle – reconnaissance de la réelle qualification – marge de manœuvre pour effectuer les tâches).

Ces méthodes de travail sont malheureusement rares dans nos services et dans le monde du travail.

## **2. Les facteurs de souffrance au travail :**

En situation de travail, il y a toujours un décalage entre l'organisation du travail prescrite et l'organisation réelle.

- le premier facteur de souffrance au travail survient quand ce décalage n'existe plus, quand il n'y a plus de marge de manœuvre entre l'organisation du travail et les attentes de l'agent,
- le second facteur de souffrance est lié au manque de reconnaissance de son travail,
- un troisième facteur de souffrance est lié à la peur (de mal faire – de ne pas remplir ses objectifs, etc),
- enfin, un quatrième facteur est lié à la pression psychique et au manque de communication au travail pouvant entraîner une confusion de l'agent (ne plus savoir discerner le vrai du faux), ou à une démobilisation psychique (désorientation face à la stratégie du « donneur d'ordre », avec le sentiment d'aller « droit dans le mur »).

## **3. L'importance des comités d'hygiène et de sécurité :**

Le comité central d'hygiène et de sécurité, les comités locaux d'hygiène et de sécurité, le comité technique paritaire ministériel et les comités techniques paritaires spéciaux sont d'une grande importance dans l'organisation et la prévention des risques au travail.

Ils doivent être utilisés comme un outil revendicatif aux grandes potentialités.

Ils doivent servir à déterminer de quelle organisation et de quelles conditions de travail les personnels ont besoin en élaborant, notamment, des propositions permettant de redonner au travail sa fonction positive pour les travailleurs et leur santé, tout en rappelant à l'Etat employeur, avec ses chefs de services, en obligation de prévention des risques professionnels et de protection de la santé physique et mentale des agents sous son autorité.

Ils permettent également d'analyser le travail et de mettre en visibilité les effets délétères d'une mauvaise organisation du travail ou managériale, sur la santé des personnels.

Alors que tout est mis en œuvre pour individualiser les problèmes liés au travail, la C.G.T. doit faire de la santé au travail un objectif revendicatif collectif.

Si la dénonciation des atteintes à la santé au travail et l'exigence de justes réparations sont indispensables, il convient d'intervenir en amont et de combattre les causes du mal être et de la souffrance au travail afin d'éviter d'intervenir sur les conséquences.

#### **4. Conclusion :**

Ce n'est pas le travail lui-même qui est insupportable, mais les conditions de son exercice et le rapport social qui oppresse les personnels.

De plus en plus, on fait souffrir les être humains au travail, parfois sans mobile apparent.

Les conséquences sont tragiques !

Il y a de plus en plus de suicides sur les lieux ou non loin des lieux de travail, parfois au domicile (dont l'effet déclencheur peut être le travail).

La souffrance au travail entraîne souvent une déformation de la perception de la réalité, entraînant un affaiblissement de la capacité de penser.

Lorsque l'homme oublie son être, il est réduit à un état d'impuissance et en prise à une dérive au hasard des circonstances.

Le suicide est souvent la conséquence d'une dépression avec perte de confiance en soi et perte de l'estime de soi-même avec un sentiment de honte qui s'installe.

Pour sortir de ce cauchemar, le suicide est perçu par la victime comme une délivrance. C'est une causabilité psychique où le travail peut être un déclencheur !

Le suicide est souvent un message adressé aux autres, parfois celui-ci est explicite, parfois aucun message n'est laissé à l'entourage du défunt qui ont des êtres aimés et dont la victime en avait fait le centre et le but de son existence. Ce qui démontre l'intensité du désarroi et la grande souffrance psychologique de la victime.

Certes, et c'est tant mieux, il n'y a pas d'épidémies de suicides au sens médical, mais parfois on retrouve 3 ou 4 suicides dans la même subdivision, voire dans le même centre d'exploitation.

Les personnes qui en sont à l'origine ou la cause sont donc des « criminels ».

Ce type de souffrance individuelle et très particulière est en émergence, et le silence dans certains services est inquiétant.

**NON, le suicide n'est pas une fatalité !**