

Vous êtes stressés ?

On le dit souvent, mais il faut savoir distinguer le vrai du faux... stress !

La confédération nationale de la CFE-CGC a ouvert la question de la prise en compte du stress chez le personnel d'encadrement car il en est la première victime et la plus ignorée par la même occasion !

Le stress c'est quoi ?

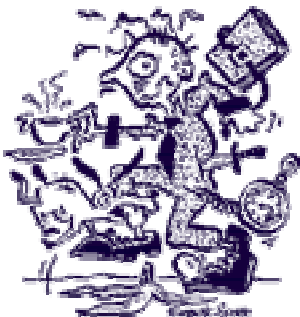
« Un état qui s'accompagne de symptômes ou de dysfonctionnements physiques, psychologiques ou sociaux, et qui apparaît chez un individu se sentant incapable de répondre à ce que l'on exige de lui. »

« Il doit éprouver de grandes difficultés à faire face à une exposition prolongée à des pressions intenses. »

« Il n'est pas reconnu, ni considéré comme maladie professionnelle ; mais une exposition prolongée au stress peut réduire l'efficacité au travail et être une cause de mauvaise santé. »

Qu'en pensent les médecins ?

Dans le monde du 8 Juin 2004 au sujet d'une étude menée par le service médical d'EDF-GDF lors du débat sur la réforme de l'assurance maladie et sur l'augmentation du nombre des arrêts de travail causés « par les abus » :



PAS SPÉCIFIQUE À LA FRANCE

L'étude relève toutefois une augmentation sensible des pathologies dites d'origine psychiatrique, parmi les causes d'absence les plus fréquemment invoquées, essentiellement par le personnel féminin, pour qui elles représentent plus de la moitié des causes de longue maladie. Difficilement mesurables, ces maladies psychologiques, liées au stress, au harcèlement, et à l'intensification des charges de travail, donnent lieu à une recrudescence des arrêts. Pour certains observateurs, le phénomène serait pour partie lié à la mise en place des 35 heures, qui a induit en contrepartie une flexibilité accrue des tâches.

Mais le constat n'est pas spécifique à la France. Aux Pays-Bas ou aux Etats-Unis, la reconnaissance

de ces pathologies est devenue une réelle préoccupation et certaines entreprises n'hésitent pas à recourir aux services de psychologues pour leurs salariés en difficulté.

On peut en conclure que les évolutions de nos méthodes de travail, de l'ambiance et l'intensification qui en découle ne sont pas sans conséquences sur la santé !

La communauté européenne a déterminé que 28% des salariés européens signalent des problèmes de santé liés à des situations de travail stressantes.

Les conséquences sont lourdes tant pour la santé de l'individu que pour l'entreprise, l'UE estime les coûts annuels à au moins 20 milliards d'euros !

Notre dossier :...

Les causes :

- **La tâche**, par sa nature même (activités monotones ou répétitives ; activités exigeant de traiter un très grand nombre d'informations) ou du fait de ses caractéristiques (surcharge ou sous-charge de travail ; pression temporelle, recours intensif aux nouvelles technologies (lotus) ; etc.),
- **L'organisation du travail** : absence de contrôle sur la répartition et la planification des tâches pour le salarié, imprécisions des missions, exigences contradictoires, mauvaise communication, flux tendu, incompatibilité des horaires de travail avec la vie sociale et familiale, statut précaire, absence d'objectifs, etc.,
- **Les relations de travail** : manque de soutien de la part des collègues et des supérieurs hiérarchiques, management peu participatif, reconnaissance du travail insuffisante, isolement social ou physique, etc.,
- **L'environnement physique** : bruit, chaleur, humidité, sur occupation des locaux, etc.,
- **L'environnement socio-économique** : compétitivité, concurrence nationale et internationale, mauvaise santé économique de l'entreprise, etc.,

Cette liste, non exhaustive, permet une première approche, pour réaliser un véritable diagnostic il faut tenir compte du poids de chaque facteur et de leur combinaison.

Les conséquences :

Le « syndrome général d'adaptation » ou la réponse biologique de l'organisme en trois phases à un stimulus stressant :

○ **Phase 1** : *L'organisme se prépare au combat ou à la fuite.* Il sécrète des hormones provoquant l'augmentation de la fréquence cardiaque, de la tension artérielle, des niveaux de vigilance, la température corporelle, etc...

○ **Phase 2** : *L'organisme rentre en « résistance ».* D'autres hormones sont sécrétées augmentant le taux de sucre dans le sang pour apporter l'énergie nécessaire aux muscles, au cœur et au cerveau et y maintenir un apport constant de glucose. Cette sécrétion est régulée par le système nerveux.



○ **Phase 3** : *l'organisme rentre en phase d'épuisement.* Le stimulus stressant se prolongeant ou s'intensifiant, l'autorégulation se devient inefficace, l'organisme est submergé d'hormones et s'il ne s'adapte pas cet excès a des effets néfastes sur la santé !

En quelques semaines des symptômes divers apparaissent :

- **Physiques** : douleurs (coliques, maux de tête, douleurs musculaires, articulaires, etc.), troubles du sommeil, de l'appétit et de la digestion, sensations d'essoufflement ou d'oppression, sueurs inhabituelles, etc.,
- **Emotionnels** : en particulier, sensibilité et nervosité accrues, crises de larmes ou de nerfs, angoisse, excitation, tristesse, sensation de mal-être,
- **Intellectuels** : entre autres, perturbation de la concentration entraînant des erreurs et des oublis, difficultés à prendre des initiatives ou des décisions.

Ces symptômes ont des répercussions sur le comportement : recours à des produits calmants ou excitants (café, tabac, alcool, somnifères, anxiolytiques, etc.), repli sur soi, etc.

Les symptômes :

Avez-vous (cochez):

Etes vous dépressif ?

Du psoriasis ?

Des troubles musculo-squelettiques ?

Des problèmes cardio-vasculaires ?

Une résistance à l'insuline ?

De l'hypertension ?

Une faiblesse immunitaire ?

De l'obésité abdominale ☺?

Etes vous anxieux ?

Un ulcère gastro-duodéal ?

De l'asthme ?

De la polyarthrite rhumatoïde ?

Des dérèglements hormonaux ?

De l'hupus érythémateux ?

Des colites fonctionnelles ?

Vous fumez ?

Dormez avec des somnifères ?

Vous buvez ?

Consommez des médicaments par habitude ?

Vous prenez des calmants ?

Vous consommez de la drogue ?

Plusieurs « oui » ? Alors vous êtes sans doute *stressés !*

Des conséquences pour l'entreprise :

Sur l'**implication du personnel** : désinvestissement, absentéisme, départs volontaires, etc.

Les **performances individuelles** : difficultés de concentration, augmentation des erreurs, incidents et accidents, baisse de la productivité, de la qualité des produits ou des services, etc.

L'INRS a estimé que 50 à 60% des arrêts maladie étaient liés au stress. Quant on connaît leur coût pour la société et que l'on voit leur évolution ces dernières années on ne peut que difficilement éviter de mettre en perspective l'évolution de nos méthodes de travail, les réorganisations, les grands projets comme « convergence » chez PSA, l'intensification du travail (35h = compression du temps et augmentation de la charge) ; et ne pas se dire que l'entreprise n'a pas sa part de responsabilité dans les dérives constatées et montrées du doigt par les uns et les autres ...



Quelles actions ?

Chez PSA le moins que l'on puisse dire c'est que nous n'avons pas le sentiment que le stress soit pris en compte, ce qui est d'autant plus surprenant pour les deux raisons suivantes :

- Un projet d'accord-cadre sur le stress au travail a été arrêté par les représentants patronaux et syndicaux des structures européennes dans le but de faire transposer les dispositions de cet accord dans les lois des pays membres.
- Le code du travail invite dans l'article L. 230-2 ; l'employeur à prendre toutes mesures pour garantir la santé mentale des salariés et à agir sur les principales sources de stress. Ceci dans les prescriptions générales et particulières de l'article.

Une fois de plus on constate à quel point l'entreprise a du mal à se conformer aux exigences légales malgré un discours affiché volontariste, par manque de moyens et sans doute de conviction...

Et pour enfoncer un dernier clou, le stress fait partie des risques « divers » (prévention du risque psychique) à prendre en compte dans l'évaluation des risques professionnels (autre disposition légale) et qui attend toujours patiemment son tour !...

REPONDEZ A L'ENQUETE !!

C'est pour toutes ces raisons que dans la continuité de sa confédération, la section CFE-CGC PSA Site de Mulhouse a décidé de lancer dès à présent « L'enquête » pour mesurer l'ampleur de la tâche (des dégâts ?) afin de pouvoir évaluer à notre manière la sérénité des femmes et des hommes qui sont le cœur de notre entreprise et qui en font sa force !

Pour VOUS aider devenez acteur en répondant à l'enquête jointe, en toute franchise et transparence et confiez la à votre militant CFE-CGC ; ou envoyez la au courrier au : Local syndical CFE-CGC, Bâtiment Mécanique A.

Des pistes de réflexion existent, elles se nomment déjà volonté, dialogue et concertation ; puis méthode et moyens !

La CFE-CGC a mis en place un numéro vert d'assistance psychologique pour ses adhérents !

N'hésitez pas, il y a une vie après le travail !

N° 0 810 233 242.

Le + syndical

www.cfecgc-peugeot.com

Mulhouse le 23 Septembre 2004

**CFE
CGC**
DONNONS DE LA FORCE
A VOS COMPÉTENCES