

Comment prévenir le stress ?

stress

Et si on en faisait une maladie ?



CHAPITRE 1
FRÉDÉRIC

Le 7 syndical

stress : les facteurs

On trouve dans cette succession de situations quelques-uns des facteurs les plus délétères, les plus générateurs de stress :

- la charge de travail excessive, surtout dans un contexte de règles qui changent tout le temps ;
- une pression sur le temps, une culture de l'urgence qui aboutissent à bousculer les régulations en place ;
- un manque de reconnaissance ;
- une perte de soutien du groupe.

Parmi les facteurs les plus agressifs, à côté des contraintes émotionnelles (proximité de la mort ou de la maladie par exemple) et des contraintes éthiques (opposition avec ses valeurs ou ses croyances, non respect des règles de métier ou du rôle affiché), les contraintes relationnelles ont un impact très fort.

Parmi celles-ci :

- le sentiment d'être en concurrence en interne est souvent partagé et crée une méfiance réciproque qui détruit l'esprit de groupe et tout soutien social protecteur ;
- la violence des échanges, le rudolement psychique, la disparition des civilités, le harcèlement.

Pour la CFE-CGC, il faut que ces facteurs soient considérés comme des conditions de travail, au même titre que le bruit ou le poids des charges à soulever et que cela soit débattu et analysé dans le cadre des représentations du personnel, avec le médecin du travail et la direction. L'idéal étant le cadre du CHSCT, quand il existe.

stress

Et si on en faisait une maladie ?



CHAPITRE 2
PAUL

Le 7 syndical

stress : les indicateurs

Ils peuvent être variés et doivent s'interpréter selon la situation, la personne et l'entreprise. Parmi ces indicateurs :

- **Le présentéisme** : c'est la présence anormalement prolongée au travail, au-delà des heures attendues. Cette situation peut s'accompagner d'une baisse de l'engagement au travail, provoquant ainsi un absentéisme virtuel.
- **Le surtravail** : lorsque les capacités personnelles ne suffisent pas à assumer la charge de travail, certaines personnes compensent par une présence prolongée au bureau mais aussi par des préoccupations démesurées au sujet des problèmes professionnels, qu'elles soient au travail ou non.
- **Les appels à l'aide** : ils ne sont jamais à prendre à la légère !
- **La violence dans les comportements** : non seulement la violence physique, à laquelle on pense tout de suite, mais plus souvent la violence psychique, dont fait partie la disparition des civilités entre collègues.
- **Le dysfonctionnement du groupe** peut également créer une tension, une difficulté, et devenir un facteur de stress.
- **L'organisation et les processus de travail** peuvent générer du stress en même temps qu'ils provoquent une mauvaise production. C'est l'ensemble du système qui fonctionne mal ! C'est dire qu'une mauvaise qualité et une mauvaise production sont des sous-produits du même système qui produit les facteurs de stress ! Ils en sont donc indirectement des indicateurs.

Ces indicateurs peuvent être identifiés par les salariés et leurs représentants, ainsi que par les médecins du travail qui sont en situation pour prendre le pouls de la population, mais aussi grâce à l'étude d'un ensemble de facteurs dont les conclusions sont publiées par FINES sur son site. Ce sont ces indicateurs et ces facteurs, propres à chaque situation, qui doivent être repérés afin de servir de grille d'analyse et de réflexion lors de la recherche des mesures à prendre pour résoudre ces difficultés. Il n'y a pas de remède miracle, hormis celui d'une volonté collective d'y réfléchir et de chercher des solutions.

Bernard van Craeynest, président de la CFE-CGC
et **Pierre Ferracci**, président-directeur général du Groupe ALPHA
ont le plaisir de vous convier à la table ronde :

« **Comment prévenir le stress ?** »

le mercredi 5 novembre 2008

de 9 h 00 à 11 h 00

au siège du Groupe ALPHA (plan au dos)

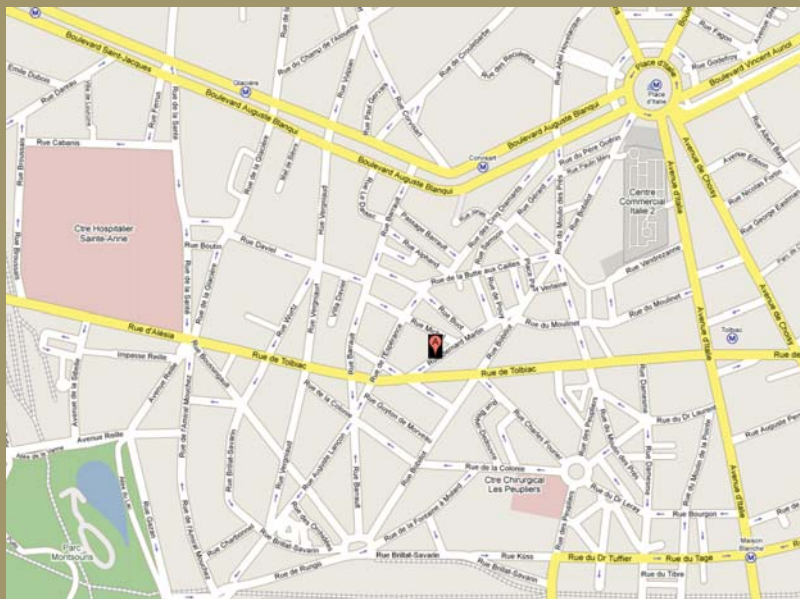
8 h 30 - 9 h 00

Accueil

En présence de Bernard Salengro, secrétaire national confédéral
et de François Cochet, directeur associé du Groupe ALPHA

Nombre de places limité. Réservation gratuite mais obligatoire
auprès de Stéphanie Forge, service communication
Mél : forge@cfecgc.fr

Mercredi 5 novembre 2008 - de 9 h 00 à 11 h 00



Lieu :

Groupe ALPHA
20-24 rue Martin Bernard
75013 Paris
☎ 01 53 62 70 00

Méto :

Corvisart (ligne 6)
Place d'Italie (ligne 7)
Tolbiac (ligne 7)



CFE-CGC

59 rue du Rocher
75008 Paris
☎ 01 55 30 12 12

Le + syndical www.cfecgc.org

ALPHA Conseil

20-24 rue Martin Bernard
75013 Paris

☎ 01 53 62 70 00

www.groupe-alpha.com

