

Conférence du 2 octobre 2023
à Charleville-Mézières. Campus
Sup Ardenne.

LA SANTE MENTALE AU TRAVAIL

Catherine et Marc
FOURDRIGNIER

G R O U P E
v y v

De quoi parle-t-on ?

- La santé mentale

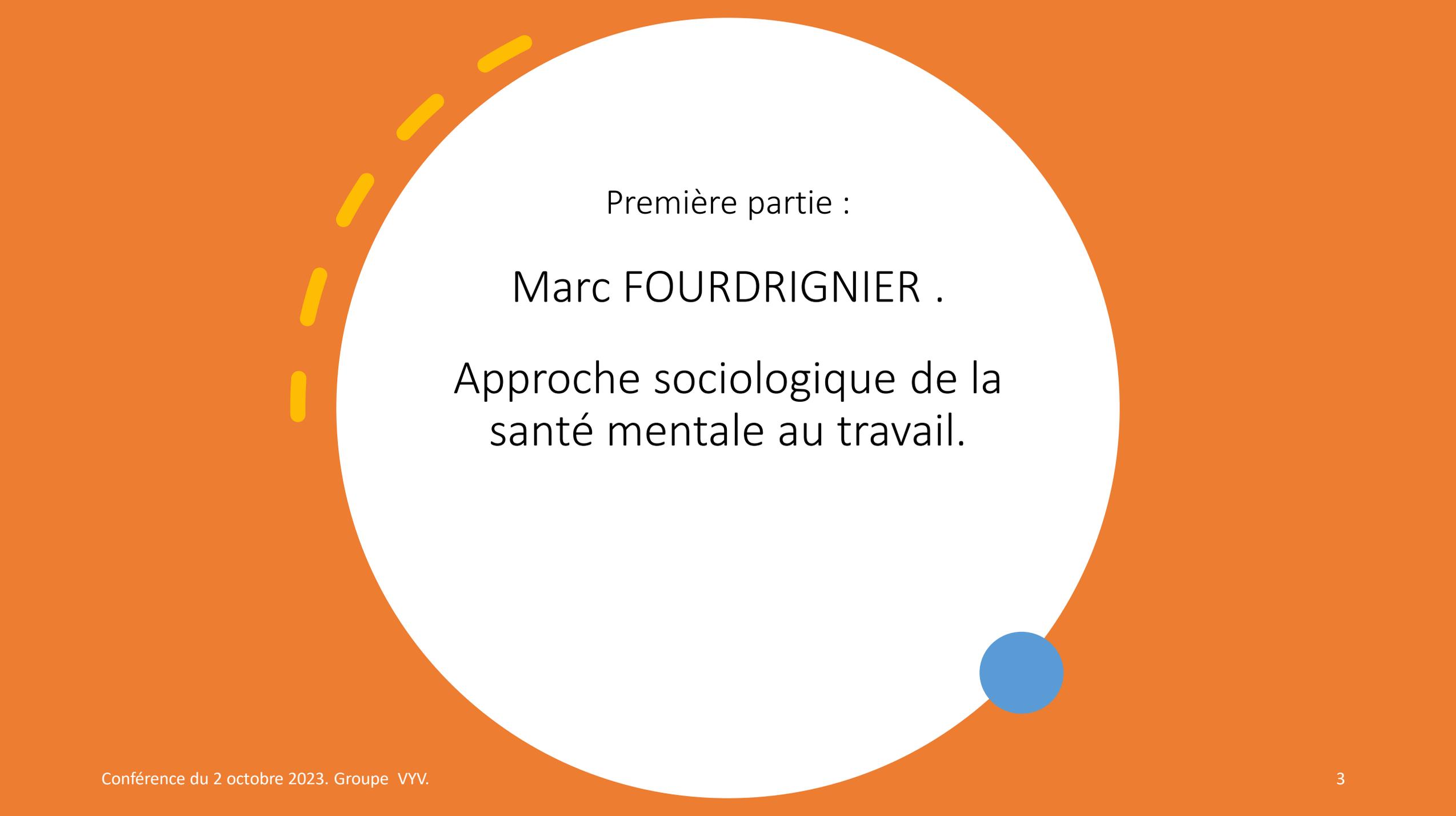
« La santé mentale est une composante essentielle de la santé (...)

La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité [Constitution de l'Organisation mondiale de la santé (OMS)]

(...) Elle représente bien plus que l'absence de troubles ou de handicaps mentaux. Selon l'OMS, la santé mentale est un « état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».

- Différentes appellations pour les problèmes repérés:

Burn out. Risques psychosociaux. Risque émotionnel. Souffrance au travail. Stress. Suicide .



Première partie :

Marc FOURDRIGNIER .

Approche sociologique de la
santé mentale au travail.

I- Quels sont les constats réalisés aujourd'hui en France ?

A. Les conditions de travail

- Diverses enquêtes portent sur la question de la santé au travail -DARES, Enquête européenne sur les conditions de travail, rapports sur la qualité de vie au travail- (Fournier, 2023). [les références précises sont citées infra]
 - Dans l'enquête européenne sur les conditions de travail, la France est le 3ème pays le plus mal loti en matière de qualité d'emploi : près de 40% des travailleurs estiment que la situation de leur emploi est « tendue ».
 - 10% des personnes enquêtées estiment qu'elles reçoivent la reconnaissance qu'elles méritent pour leur travail.
 - Une exposition à des risques physiques : environ un salarié sur 5 est exposé souvent à des produits toxiques ou dangereux, 41% à des bruits forts. C'est plus qu'en Allemagne, Espagne, Italie, et la plupart des pays d'Europe de l'Ouest. Même chose pour le port de charges lourdes : un quart des salariés est concerné en France, soit nettement plus que la moyenne européenne.

I- Quels sont les constats réalisés aujourd'hui en France ?

B. Des conditions émotionnelles et de santé difficiles

- Un quart des salariés disent vivre souvent ou quotidiennement des situations émotionnelles dérangeantes au travail. C'est deux fois plus que l'Italie ou la Suisse, nettement plus que l'Espagne, l'Allemagne, ou la Belgique. En fait, la France est le pays le plus touché en Europe de l'Ouest.
- De nombreux salariés sont soumis à un risque psycho-social que l'on appelle les « exigences émotionnelles », et qui regroupe des situations de travail dérangeantes du point de vue éthique et émotionnel.
- 61% se disent aussi trop fatigués après le travail pour faire leurs activités personnelles, et 66% inquiets après le travail, preuve que le travail pèse sur le moral y compris lors des temps personnels (charge mentale).
- Avec ces contraintes physiques et mentales, de nombreux salariés finissent fatigués, en burn-out, à bout. Selon l'étude européenne sur les conditions de travail, un salarié sur deux en France est en épuisement émotionnel et / ou physique. C'est tout simplement le plus haut niveau en Europe avec l'Albanie et la Serbie...
- 40% des salariés disent que leur travail met en danger leur santé, un sur deux souffre d'anxiété, et un quart est en risque clinique de dépression.

I- Quels sont les constats réalisés aujourd'hui en France ?

C. L'absentéisme. (Cappelletti, 2023).

- La quatrième étude de l'observatoire de l'absentéisme, publiée le 22 mai 2023 par le Datascope du groupe Axa révèle un nouveau record : près d'un salarié sur deux (44 %) s'est arrêté au moins une fois en 2022. Ils étaient un sur trois en 2021. Depuis 2019, le nombre de jours d'absence par rapport au nombre de jours théoriquement travaillés a augmenté de 41 %.
- Cette hausse de l'absentéisme n'épargne aucune tranche d'âge, aucun statut professionnel ni taille d'entreprise.
- L'absentéisme augmente dans des catégories qui, jusque-là, s'arrêtaient peu:
 - Entre 2019 et 2022, le taux des moins de 30 ans a bondi de 50 %.
 - Les cadres, sur la même période, ont connu une hausse significative de leur taux d'absentéisme (+ 41 %).

I- Quels sont les constats réalisés aujourd'hui en France ?

D. La situation dans le champ de la santé

- Enquête du Ministère auprès des professionnels de santé -Source : Ministère de la Santé, mai 2023. (Ramsay, 2023)
 - 63 % estiment que leur état de santé n'est pas bon (en y incluant les « très mauvais », les « mauvais » et les « assez bon ») ;
 - 53 % donnent une note inférieure à 7/10 concernant leur vie actuelle ;
 - 71 % estiment le niveau de stress lié à l'activité professionnelle supérieur à 6/10 ;
 - 77 % estiment ne pas dormir suffisamment ;
 - 64 % évaluent leur état de fatigue inférieur ou égal à 5/10 ;
 - 14 % déclarent ne pas avoir de médecin traitant ;
 - Seulement 11 % des professionnels de santé y ayant accès, jugent que leur dernière consultation auprès de la médecine du travail a eu un impact positif.

II. Comment peut-on les expliquer ?

A. Une nouvelle place pour le travail ?

Le rapport au travail se serait modifié . Qu'en est-il ?

- « Les Français ne refusent pas le travail, mais des conditions de travail devenues beaucoup plus dures et un manque de reconnaissance des efforts consentis. De nombreuses enquêtes montrent que cette dégradation est plus importante en France qu'ailleurs en Europe. » (Guenard, 2023).
- « Contrairement à ce que l'on a pu trop lire ces derniers temps, il n'y a pas de rupture par rapport à l'avant-Covid : les jeunes accordent de l'importance au travail mais souhaitent que celui-ci occupe une juste place ». (Méda, Bigi, 2023)
- Pour les moins de 30 ans le travail occupe une place importante à 85 % (contre 79% pour l'ensemble de la population). Les critères prioritaires dans la recherche d'emploi : le salaire, l'ambiance de travail, l'autonomie et la liberté dans son travail.... (Le Monde 2 octobre 2023).

II. Comment peut-on les expliquer ?

B. Une crise du management ?

- L'organisation du travail, les relations avec la direction et le management, et la gestion quotidienne du travail sont à l'origine de nombreux dysfonctionnements dans le travail.
- Les actifs notent que le management prend beaucoup plus en compte les besoins/les avis des clients que ceux des salariés; la France est effectivement l'un des pays d'Europe où le management est le moins à l'écoute. Par exemple, près de 30% des travailleurs français n'ont pas de comité ou de délégué pour la santé et la sécurité au travail dans leur entreprise. C'est deux fois plus que la moyenne européenne !
- Les managers français sont souvent réticents au dialogue social, à l'instauration de collectifs de salariés, comme les CSE. Dans la lignée des pratiques managériales néo-tayloristes, un certain nombre de managers envisagent les relations de travail de manière hyper-individualisées. Il y a donc peu de place pour le dialogue social d'entreprise, les négociations collectives, les instances collectives. C'est ce que révèlent les études Eurofound sur le dialogue social en Europe : la France est parmi les pays où le dialogue social est le plus limité, avec la Grèce, Malte, ou l'Irlande. À l'inverse, en Allemagne, ou dans les pays du Nord de l'Europe, le dialogue social fonctionne à plein. (Fournier, 2023).

III. Quelles sont les réponses possibles ?

A. Des réponses sociétales et politiques

- Un ensemble de lois depuis 1991 sont venues baliser les réponses et faire émerger la question de la santé au travail (2002) et de la Prévention et de la santé au travail (2021)
- Ces lois ont pris ancrage dans des Accords Nationaux Interprofessionnels (13 septembre 2000 et 9 décembre 2020).
- Des plans de santé au travail depuis 2004 (4° PST (2021-2025)).

Les références précises sont citées infra

III. Quelles sont les réponses possibles ?

B. Des réponses organisationnelles

- Quid du changement organisationnel ? La dimension relationnelle, la coopération (Jeoffrion, 2014))
- le passage de la QVT à la QVCT
- une démarche collective que peut mener une entreprise, une association ou une structure publique et qui répond aux finalités ci-dessous :
- **une ambition conjointe** : améliorer le travail dans le but de développer la santé des personnes au travail et contribuer à la performance globale (opérationnelle, économique, sociale et environnementale) de l'organisation,
- **un périmètre d'action** : [6 grands thèmes](#) relatifs au travail et ses conditions de réalisation, à traiter progressivement, en faisant des liens entre-eux,
- **des éléments de méthode** incontournables pour installer une démarche QVCT adaptée à la structure, favoriser la participation de tous et expérimenter concrètement de nouvelles façons de travailler. (ANACT, 2023)
 - « Dynamiser la démocratie au travail » (Gondard-Lalanne, 2023)

Deuxième partie :

Catherine FOURDRIGNIER .

Approche clinique de la santé
mentale au travail.

I. Le burn out : ce qu'il n'est pas et ce qu'il est ou serait

- A. Ce qu'il n'est pas selon la littérature sur le sujet
- B. Ce qu'il est ou serait?
- C. Le burn out est un processus
- D. Les facteurs de risques et les personnes « touchées ».
- E. Les manifestations physiques et psychiques de l'épuisement professionnel

II. Quels outils pratiques pour promouvoir la communication ouverte et la compréhension mutuelle entre les collègues ?

- A. Ce que communiquer veut dire

- B. Parler : dans quelles conditions ? avec quels moyens ?

III. Quelles pistes pour l'accompagnement?

- A. Le repos
- B. La reconstruction identitaire: exister? En vue de quoi ?
- C. Se créer soi-même dans des espaces de médiation
- D. De l'individuel au collectif
- E. Quid du désir de travailler?
- F. Le retour au travail et pour quel travail ?



Pour aller plus loin

Références bibliographiques

- ANACT (2023). Qualité de vie et des conditions de travail : comment faire ? 1 janvier, <https://www.anact.fr/qualite-de-vie-et-des-conditions-de-travail-comment-faire>
- CAPPELLETTI, Laurent. (2023). L'absentéisme au travail, symptôme de la maladie chronique du management en France. *Management & Avenir*, 3, n°, 135, pp 9-13.
- DEJOURS, Christophe. (2022). Le travail entre aliénation et émancipation in DONAGGIO, Enrico. ROSE, José. CAIRO, Mariagrazia. Travail e(s)t liberté ? Erès, coll. Clinique du travail. pp 45-67.
- DELBROUCK, Michel. (Dir). (2021). Comment traiter le burn-out ? Syndrome d'épuisement professionnel, stress chronique et traumatisme psychique. Editions De Boeck, 2e Édition, mai, 560 p.
- FOURNIER, Clément. (2023). Conditions de travail en France : un état des lieux inquiétant. 28 avril. <https://youmatter.world/fr/conditions-travail-france-bilan-chiffres-mauvaise/>
- GONDARD-LALANNE, Cécile. TOMÉ-GERTHEINRICH, Elisabeth. (2023). Le travail en questions. CESE, juin, 34 p.
- GUENARD, Florent. (2023). « Le travail est devenu insoutenable ». Entretien avec Dominique Méda », *La Vie des idées* , 16 juin. <https://laviedesidees.fr/Le-travail-est-devenu-insoutenable>
- JEOFFRION, Christine. BOUDOUKHA, Abdel Halim. (2014). Risques organisationnels et burnout, septembre. *Santé mentale*, n° 190, septembre.
- LANCELEVEE, Camille. VOZARI, Anne-Sophie. (2023). Le genre de la dépression : perspectives de recherches sociologiques. *Rhizome*, 2, n° 85, pp. 11-12.

Références bibliographiques

- LE GARREC, Sophie. (Dir). (2021). Les servitudes du bien-être au travail. Impacts sur la santé. Editions Erès, coll. Clinique du travail, 296 p.
- LINHART, Danièle. (2021). Souffrance au travail et inventivité managériale in LE GARREC, Sophie. (Dir). Les servitudes du bien-être au travail. Impacts sur la santé. Erès, coll. Clinique du travail, pp. 111-127.
- LINHART, Danièle. (2021). Sommes-nous tous en burn-out ? Les chemins de la philosophie, France culture, 19 octobre. <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/les-chemins-de-la-philosophie/sommes-nous-tous-en-burn-out-8033273>
- MEDA, Dominique. BIGI, Maëlezig. (2023). Prendre la mesure de la crise du travail en France. *Le Monde*, 19 juin.
- PARENT, Camille. (2023). À l'hôpital, une prévalence accrue de la dépression et de l'anxiété liée aux conditions de travail. *Etudes et résultats*, n° 1270, juin, 8 p.
- PRADES, Jean-Luc. (2012). Groupes d'usagers, souffrance et créativité. Autour de trois interventions socio-psychanalytiques. *Bulletin de psychologie*, 3, n° 519, pp. 239-249.
- RAMSAY, Karen. (2023). Santé des soignants : un professionnel de santé sur deux aurait déjà fait un burn out ? 23 mai. <https://www.concourspluripro.fr/exercicepluriprofessionnel/metiers/sante-des-soignants-un-professionnel-de-sante-sur-deux-aurait#xtor=EPR-3-1>
- Santé Mentale. (2014). Burn out : comprendre et accompagner, n° 190, septembre.

Textes de référence.

- Loi n° 2021-1018 du 2 août 2021 pour renforcer la prévention en santé au travail. JO du 3 août 2021.
- Accord national interprofessionnel du 9 décembre 2020 relatif à la prévention renforcée et à une offre renouvelée en matière de santé au travail et conditions de travail.
- Loi n° 2019-828 du 6 août 2019 de transformation de la fonction publique. [JO du 7 août 2019](#).
- Loi n° 2011-867 du 20 juillet 2011 relative à l'organisation de la médecine du travail. JO du 24 juillet 2011.
- Loi n° 2002-73 du 17 janvier 2002 de modernisation sociale. JO du 18 janvier 2002.
- Accord National Interprofessionnel du 13 septembre 2000 sur la santé au travail et la prévention des risques professionnels.
- Loi n° 91-1414 du 31 décembre 1991 modifiant le code du travail et le code de la santé publique en vue de favoriser la prévention des risques professionnels et portant transposition de directives européennes relatives à la santé et à la sécurité du travail. [JO du 7 janvier 1992](#)

Merci pour votre attention.

- Le présent document sera disponible sur nos sites internet :
 - Catherine FOURDRIGNIER : Art-thérapeute existentiel, praticienne en psychothérapie, superviseur en établissement sanitaire et social, hypnothérapeute.
 - Site : <http://art-therapie-ardennes.fr/>
 - Marc FOURDRIGNIER. Sociologue, enseignant-chercheur au CEREP (Centre d'Etudes et de Recherche sur l'Emploi et les Professionnalisations). Université de Reims Champagne-Ardenne.
 - Site : <http://marc-fourdrignier.fr/>