

STRESS ET TRAVAIL

L'évolution du travail en question



CCI 11/07

Des exigences croissantes :

- Motivé
- Flexible
- Adaptable
- Evolutif
- Ouvert
- Communiquant ...

le comportement
du/de la salarié
doit correspondre
à ce modèle

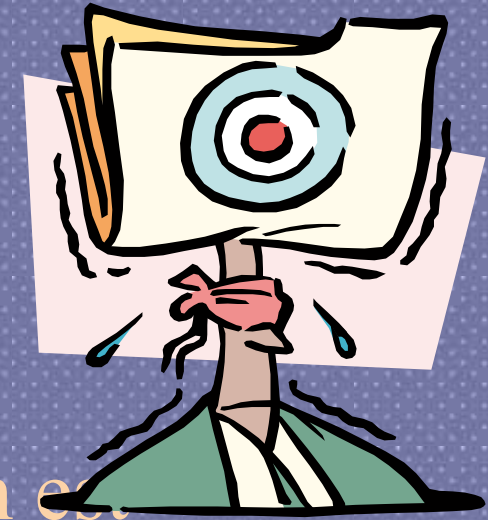
CCI 11/07

Les évolutions du travail

- L'accélération du travail peut devenir « compression »
- La mobilité peut devenir déracinement géographique, social ou familial
- La polyvalence risque d'exclure ceux dont la formation de base est insuffisante

CCI 11/07

Les conséquences :



- en cas d'échec, la dévalorisation est immédiate : le salarié ne trouve plus sa place dans les équipes de travail : « plus personne n'en veut ! » dit la DRH. Le salarié en échec de « savoir-être » n'arrive plus à se construire une place.

CCI 11/07

Pour le préventeur, que proposer ?

1. un thermomètre pour mesurer la fièvre dans l'entreprise
2. Un diagnostic rapide pour aider les personnes en souffrance



CCI 11/07

Le thermomètre de l'entreprise : l'auto questionnaire de KARASEK

Le Karasek : saisit en 26 questions les tensions entre la

- charge de travail (exigences psychologiques)

et la

- capacité de décision (maîtrise du travail)
- tension pondérée par le soutien social

=> Ne fournit une analyse que grossière des causes de la fièvre !!

CCI 11/07

Le thermomètre (KARASEK) : les exigences psychologiques

- Que doit mettre en oeuvre le/la salarié(e) pour accomplir son travail ?

9 questions sur ce thème

- Ex : « **Je dispose du temps effectuer correctement mon travail** »

*R : Pas du tt d'accord, Pas d'accord,
D'accord, Tt à fait d'accord*

CCI 11/07

Le thermomètre (KARASEK) : la « maîtrise »

- Quelle est la possibilité pour le salarié d'intervenir dans le processus de travail ? Le travail est-il instrument d'accomplissement de soi ?

9 questions sur ce thème

- **Ex : Mon travail me permet de prendre souvent des décisions moi-même**

R : Pas du tt d'accord, Pas d'accord, D'accord, Tt à fait d'accord

CCI 11/07

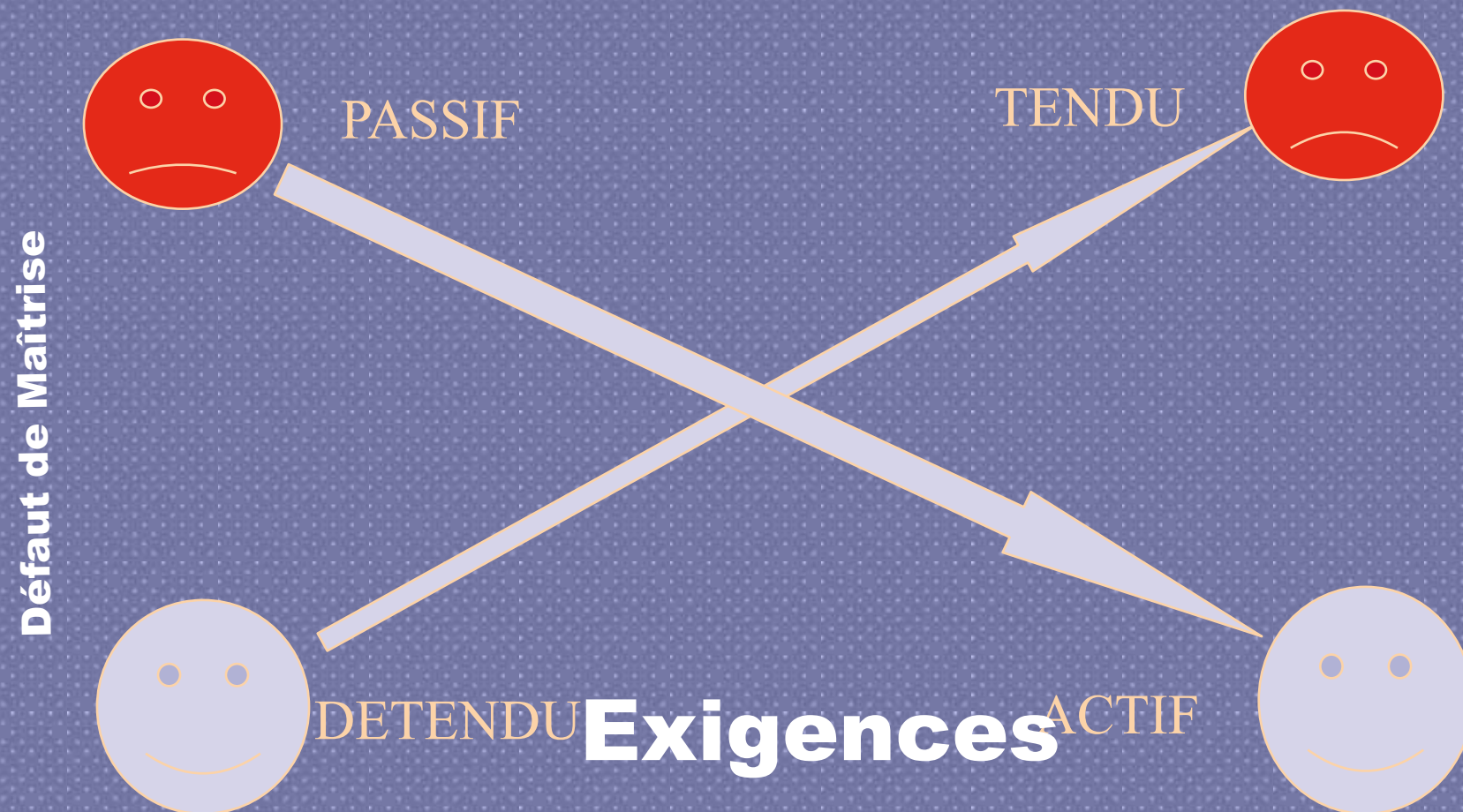
Le thermomètre (KARASEK) : le soutien social

- Sur quel soutien ou reconnaissance le salarié pourra-t-il compter de la part de ses supérieurs et de ses collègues
8 questions sur ce thème
- **Ex : Mon supérieur m'aide à mener ma tâche à bien**

*R : Pas du tt d'accord, Pas d'accord,
D'accord, Tt à fait d'accord*

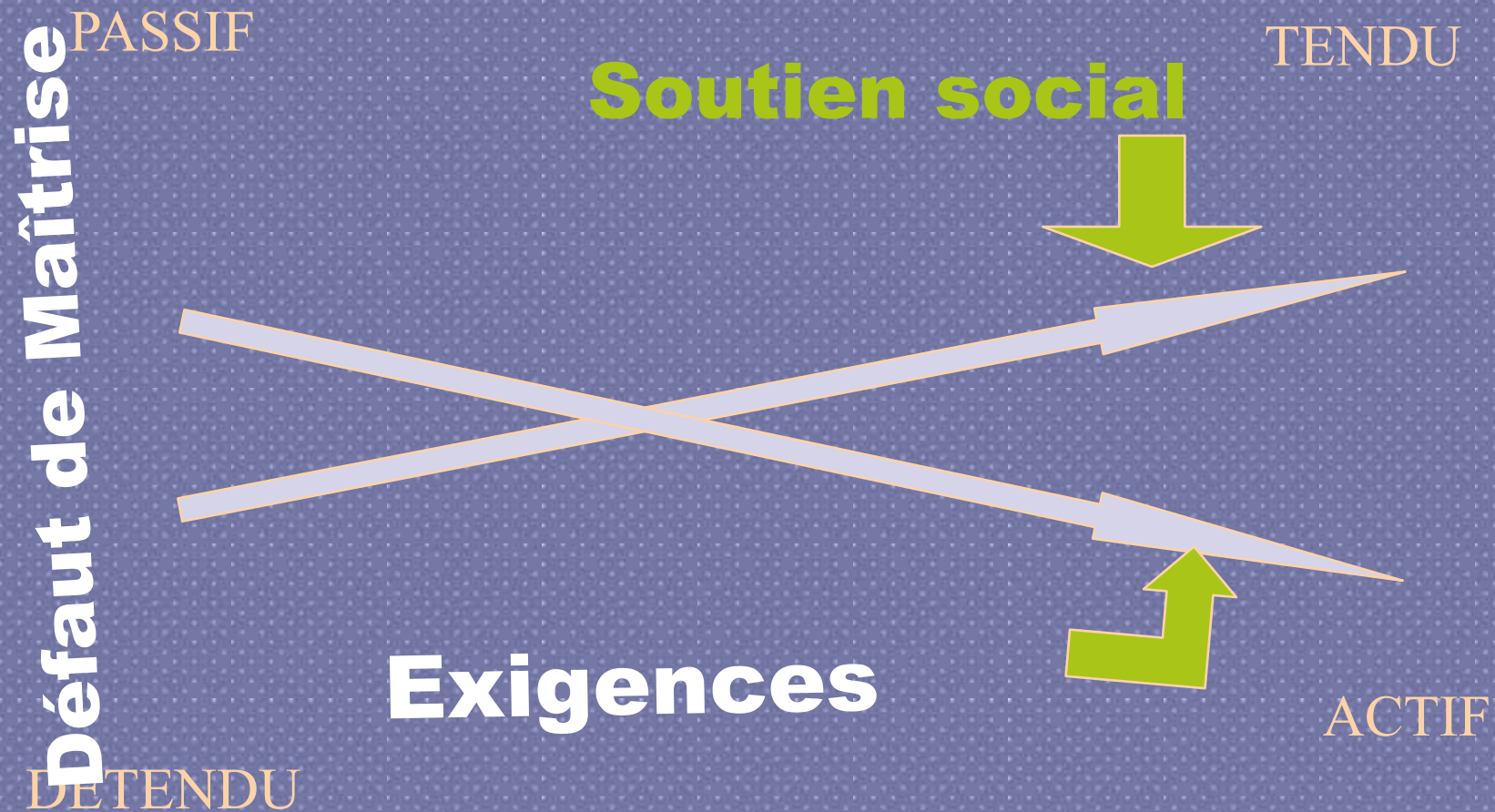
CCI 11/07

Le thermomètre (KARASEK) : schéma d'interprétation



CCI 11/07

Le thermomètre (KARASEK) : schéma d'interprétation



CCI 11/07

Le thermomètre (KARASEK) :

calculs

- On attribue aux réponses des valeurs (1 à 4) et on fait la somme par axe
- On calcule un indice statistique (moyenne, écart type SD) qui servira de référence

CCI 11/07

Le thermomètre (KARASEK) :

calculs

- Moyenne + SD Exigences Psychol. EP
(bornes : 12-48)
- Moyenne + SD Maîtrise Décision. MD
(bornes : 9-38)
- Moyenne + SD Soutien Social SS
(bornes 8-32)

CCI 11/07

Le thermomètre (KARASEK) : calculs

Répartition en 4 groupes :

- Tendu
- Passif
- Détendu
- Actif

Seul le groupe « tendu » est réellement interprété

CCI 11/07

Le thermomètre (KARASEK) : calculs

Hypothèse : le stress est un phénomène continu
=> Proposition d'un score global progressif

$$\text{Risque Stress} = (\text{Exigences} - \text{Maîtrise}) / \text{Soutien} * 10$$

Moyenne + SD Risque Stress global

CCI 11/07

Enquête 2003-2004 échantillon

- 41 salariés enquêtés soit 3.4 % population CHSCT Mulhouse
- Au hasard (tirage par créneau horaire glissant, moitié printemps, moitié automne)
- 30 hommes, 11 femmes
- Ancienneté moy. : 19,44 années +/- 11.8

CCI 11/07

Échantillon 2003-2004 - représentativité

Population globale Clemessy CHSCT
Mulhouse 31/12/2003 :

- # 11 hommes pour 2 femmes (femmes sur représentées dans l'échantillon)
- ancienneté moyenne : 14,5 années
(échantillon + âgé de 5 ans)

CCI 11/07

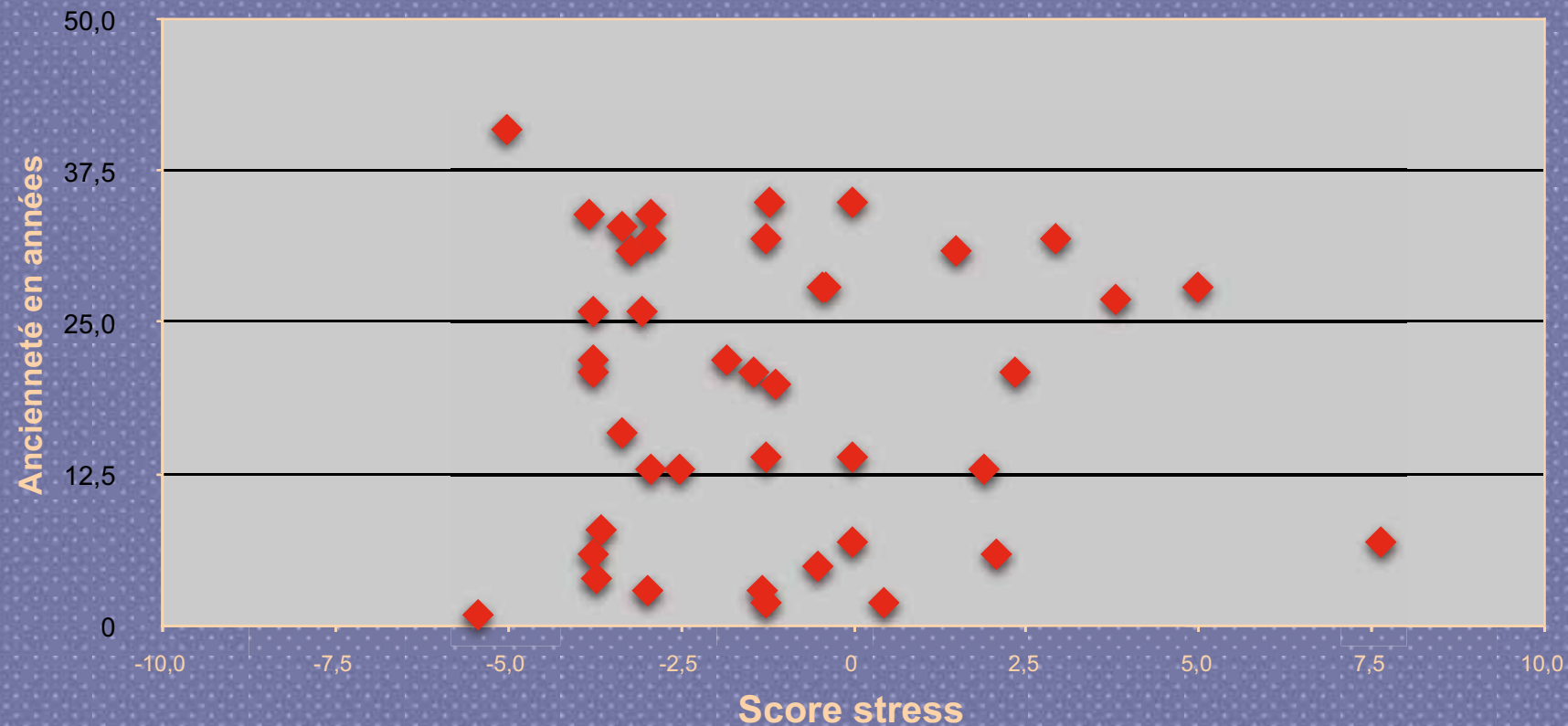
Résultats KARASEK au 31/12/2004

	Moy. 2003	SD	Moy. 2004	SD	Moy 2003/2004	SD
Axe MD	21,33	4,70	21,26	5,96	21,29	5,38
Axe EP	17,94	4,22	18,35	4,02	18,17	4,06
Axe SS	23,28	4,57	22,91	2,71	23,07	3,60
Risque Stress P	1,09	3,16	-1,23	2,57	-1,17	2,81

CCI 11/07

Analyses Karasek : effet de l'ancienneté

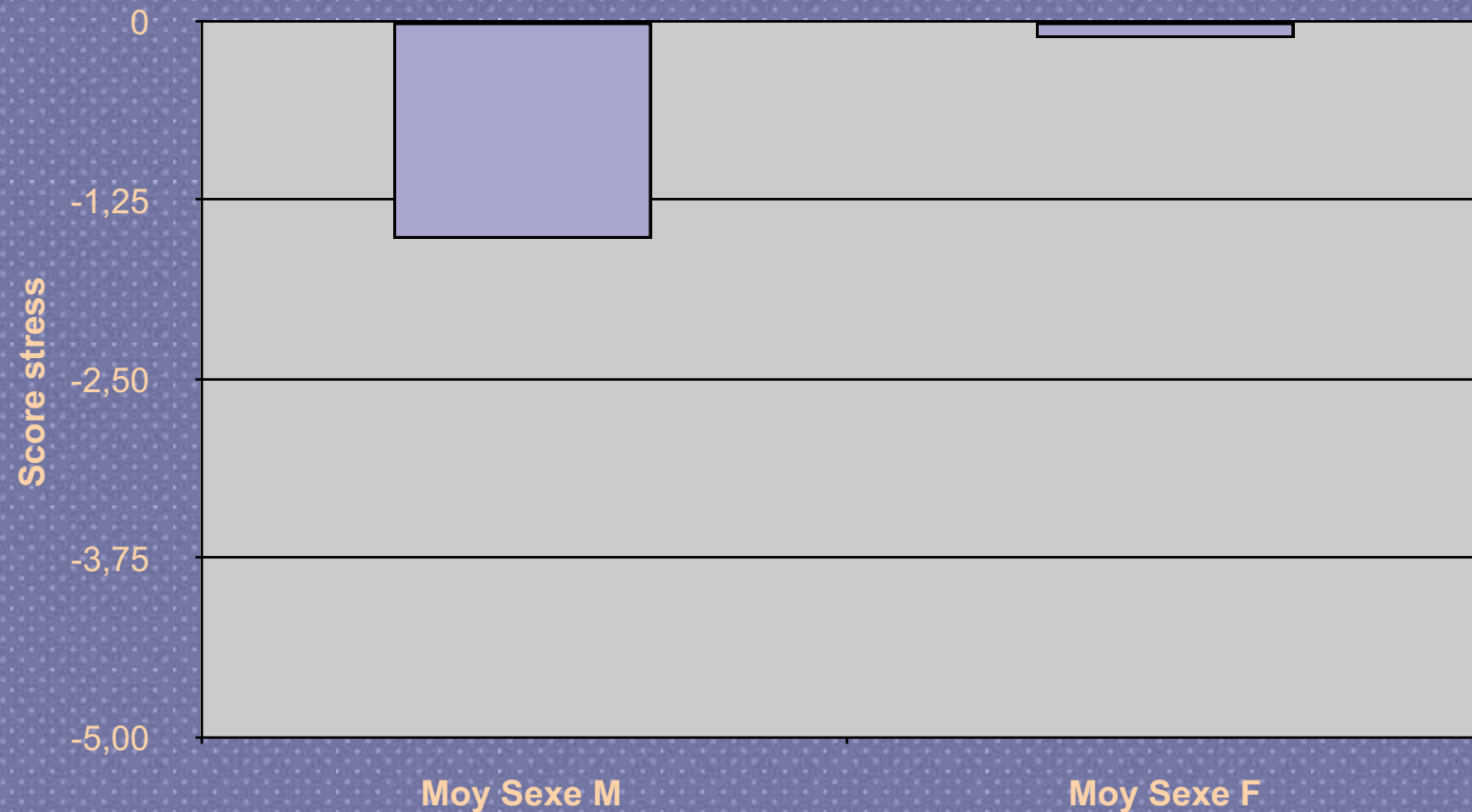
Stress et ancienneté



Effet « anti stress » important de l'ancienneté en 2003 devient léger

CCI 11/07

Analyses Karasek : effet du sexe



La différence fortement significative lié au sexe se confirme

CCI 11/07

Pour le préventeur, que proposer ?

1. un thermomètre pour mesurer la fièvre dans l'entreprise
2. Un diagnostic rapide pour aider les personnes



CCI 11/07

Un diagnostic rapide

Le médecin du travail propose une consultation de 2 h chez des médecins du travail formées dans les « thérapies cognitives et comportementales »



CCI 11/07

Un diagnostic rapide

TCC ? Kézako ?

« l'analyse avec l'aide
d'une personne formée
des pensées, croyances
et des comportements
qu'elles provoquent »



CCI 11/07

Un diagnostic rapide : un exemple

Mme M. est aide comptable de 45 ans , 25 ans d'ancienneté ; il dit avoir été déclassé et il a le sentiment que ses compétences ne sont pas reconnues. L'entretien met le doigt sur un ancien défaut d'affirmation de soi.

Le conseil aura été de lui proposer des outils d'affirmation de soi notamment par l'expression verbale ou écrite de ses demandes latentes.

CCI 11/07

Un diagnostic rapide : un exemple

M. F. est cadre dans la formation , âgé de 56 ans , 17 ans d'ancienneté ; il consulte pour un « problème relationnel » au service

Néanmoins, il réalise lors de l'entretien son important besoin de reconnaissance que le travail ne peut satisfaire entièrement. La proposition est le maintien en poste mais la révision et la ré orientation de ses attentes

CCI 11/07

Un diagnostic rapide :

- A Clemessy, 11 personnes vues en 2006
- Grande diversité des situations
- Interférence entre problèmes personnels et milieu du travail
- Maintien au poste en général ; parfois plus possible => reclassement dans autre service

CCI 11/07

UN CONSEIL pour FINIR

Ne pas casser le
thermomètre et dire que le
malade n'a pas de fièvre !!

La cellule Psycho
sociologique du service
Santé au travail Sud Alsace
est à l'écoute de ses
adhérents :

Voir site www.stsa.fr



CCI 11/07