

Mal-être - La dépression au travail pour la rentrée sociale

Crédit Photo : sxc.hu



La dépression au travail pour la rentrée sociale

- • **La conférence sociale, qui réunit gouvernement, syndicats et patronat ce jeudi, s'intéresse aux conditions de travail et notamment à la dépression.**

Une pathologie encore tabou en milieu professionnel.

- Matthieu DURAND - le 03/10/2007

Gouvernement, patronat et syndicat inaugurent ce jeudi la première des conférences sociales de la rentrée.

Au sommaire : les conditions de travail.

Seront notamment évoqués la prévention des troubles musculo-squelettiques, la présence des substances toxiques dans l'entreprise et les risques psychosociaux : [stress](#), [dépressions](#), suicides...

La France est ainsi le troisième pays, derrière l'Ukraine et les Etats-Unis, où les [dépressions](#) liées au travail sont les plus nombreuses, selon l'OMS.

Il est difficile d'appréhender l'importance exacte du phénomène car les études et statistiques sont peu nombreuses.

"La [dépression](#) est une maladie qui implique beaucoup de différents facteurs, tant personnels que professionnels", prévient le docteur **Daniel Ferreira**, médecin du travail dans le Val d'Oise, interrogé par LCI.fr.

En conséquence, "il est difficile de faire la part des choses" entre ce qui relève de "l'environnement familial privé" et "l'environnement professionnel".

Reste que depuis plusieurs années, le docteur Ferreira "constate [en entreprise] la part plus importante des problèmes de santé mentale, notamment dans les décisions d'inaptitudes".

Facteurs de stress

Grands groupes comme PME, secteurs privé et public, c'est l'ensemble du monde du travail qui est concerné par ce phénomène.

Organisation, management, horaires de travail...

"Tous les facteurs de [stress](#) peuvent être à l'origine de symptômes de [dépression](#)", pointe le médecin du travail.

C'est particulièrement vrai "quand on demande à quelqu'un d'accomplir une tâche sans lui donner les moyens adéquats" et "quand il n'y a pas de marge de manœuvre".

Lorsque la **dépression** pointe, beaucoup d'employés n'hésitent plus à l'évoquer à leur médecin du travail.

Mais pas à leur employeur.

"Au travail, c'est mal vu de dire qu'on est déprimé"

Dr Jean-Hervé Bouleau

"*Au travail, c'est mal vu de dire qu'on est déprimé*", acquiesce le docteur Jean-Hervé Bouleau, chef de service du pôle de psychiatrie à l'hôpital de Pontoise, dans le Val d'Oise.

Aussi certains salariés préfèrent-ils taire leur souffrance

"*Ils essaient de s'adapter sans se faire soigner mais ils ne tiennent pas*", remarque le Dr Bouleau.

"*Ces dépressifs cachés finissent en arrêt de travail, parfois pour d'autres symptômes : problèmes lombaires, douleurs multiples...*", ajoute-t-il.

Or, il est important qu'une personne dépressive ne perde pas son travail, l'insertion sociale et professionnelle étant capitale" pour vaincre la maladie.

Détecter pour prévenir

D'où l'importance de savoir détecter les symptômes de la **dépression**, y compris dans ses aspects physiques.

Une démarche au cœur d'un programme européen (EAAD, European alliance against depression) testé en France à l'hôpital de Pontoise.

Le principe : impliquer et former les généralistes mais aussi les "*populations relais*" (médecin du travail, éducateurs sociaux, surveillants de prison...).

En Allemagne, le programme a ainsi permis de faire baisser de 25% les gestes suicidaires.

Mieux formés, les médecins du travail peuvent alors proposer des plans d'action dans les entreprises où les cas de **dépression** apparaissent.

"*Certains employeurs se braquent tandis que d'autres sont au contraire demandeurs pour prévenir ce risque psychosocial*", assure le Dr Ferreira. "*La **dépression** n'est pas reconnue comme maladie professionnelle*", pointe-t-il.

Selon lui, une telle reconnaissance, sur la base de définitions claires, "*obligerait les employeurs à davantage s'impliquer dans la prévention*".

Employés et ouvriers en première ligne

Selon l'enquête "*Santé mentale en population générale : images et réalités*" menée par l'Institut de veille sanitaire (InVS)

"*les troubles de l'humeur [dont la **dépression**, NDLR] concernent 11% des hommes et 16% des femmes*" et les troubles anxieux, 17% des hommes et 25% des femmes.

Les chômeurs sont deux fois plus touchés que les actifs. Chez ces derniers, employés et ouvriers en sont davantage victimes, suivis par les artisans et commerçants.

Cela se traduit par des interruptions de travail dans 12 à 37% des cas (selon le type de trouble),

principalement chez les cadres.

Mal-être - La dépression au travail pour la rentrée sociale

- le 04/10/2007 à 16h38

Ce que je peux dire car je l'ai vécue c'est que si une dépression est due aux conditions de travail et que vous n'arrivez pas à vous expliquer avec vos supérieurs et collègues, cela vous ronge pour toute la vie et même étant en invalidité aujourd'hui, j'en ai des cauchemars très fréquents qui continuent de me boussiller ! c'est comme si j'y étais encore et ça me tue !
Meg, Vals les Bains

- le 04/10/2007 à 15h45

FOUTAISE CETTE CONFERENCE....il y a déjà une Loi du 17/01/2002 intitulée "Lutte contre le harcèlement moral au travail" (articles 168 à 180). Il existe aussi un article du Code du Travail L.122-49 "Aucun salarié ne doit subir les agissements répétés de harcèlement moral qui ont pour objet ou pour effet une dégradation des conditions de travail susceptible de porter atteinte à ses droits et à sa dignité, d'altérer sa santé physique ou mentale". Marie-France HIRIGOYEN (psychiatre, psychanalyste, psychothérapeute familiale) décrit très bien le processus qui conduit à une grave dépression (voir son site). Elle dénonce, à travers plusieurs livres, le mode de fonctionnement: quand il y a une volonté de management par le harcèlement, attitude d'évitement, attitude déstabilisante, agissement visant à vous pousser à la faute, comportement humiliant, tendant à vous isoler physiquement, tendant à instaurer "une mise au placard", tendant à vous humilier, agissement pernicieux.....A lire par tous ceux qui ont subi ce genre de méthodes, nous ne sommes pas coupables mais bien victimes.....souvent d'un petit chef qui a pris du galon, et que cela lui a monté à la tête....ou pousser par ses supérieures pour le profit, même s'il faut faire abstraction de la qualité (surtout dans les établissements à but lucratif qui hébergent des gens atteints par la Maladie d'Alzheimer ou nos parents atteints de déficit moteur) QUE LES LOIS SOIENT D'ABORD RESPECTEES!!!! Pour faire valoir ses droits, il faut un avocat donc de l'argent, de plus les délais d'instruction sont très longs et peuvent pousser au suicide chez les personnes que l'environnement familial ne soutient pas. Les harcelé(e)s doivent prouver les faits mais personne de l'entreprise ne veut témoigner de peur d'être la cible suivante... Cette Conférence était-elle pour se donner bonne conscience face aux différents suicides récents chez les constructeurs automobiles?
Veronique, La loupe

- le 04/10/2007 à 13h55

J'espère que JGH de Strasbourg plaisante...
Nicolas, Paris

- le 04/10/2007 à 12h07

J'ai pris une retraite anticipée parce que les conditions de travail étaient devenues trop pesantes. J'ai perdu une bonne partie de ma retraite mais j'y ai gagné une qualité de vie. Il faudrait un vrai suivi dans le travail pour se rendre compte à quel point certains "petits chefs", imbus de leur "petit pouvoir", sont infects et savent détruire un être humain.
Magiera, Ostricourt

- le 04/10/2007 à 11h59

Oui cela est fréquent, et l'on y peut rien car dans une entreprise, souvent des témoins que ça cause du chef, quand l'on se déprime... et la personne va contre le chef à cause de la peur du licenciement et la culpabilité de tous les collègues de travail, la dépression devient du suicide comme à Sochaux, mais cela reste tabou, la liberté de la presse, oui, mais quand ça tabou, il y a plus de presse, merci

Sandrine, Hatten

- le 04/10/2007 à 10h44

Nous sommes un couple d'employés de banque en 2001, mon mari a fait tentative de suicide, il était directeur d'agence et n'en pouvait plus d'harcéler ces collaborateurs pour faire les objectifs démentis demandés par la direction et moi, après une mutation non souhaitée, j'ai sombré dans la maladie (je suis fibromyalgique et dépressive), nous sommes maintenant en maladie longue durée et essayons de nous reconstruire... le côté humain n'existe plus, nous avons 35 ans en moyenne d'ancienneté !!!!

Martine, Chambéry

- le 04/10/2007 à 10h33

Il n'y a pas que le travail dans la vie; gardons notre équilibre en s'éclatant dans notre vie privée; Carisa, Auxerre

- le 04/10/2007 à 09h32

Est-ce que le "stress" des députés-maires-présidents de groupe parlementaires obligés de travailler à mi-temps et des hauts dirigeants de groupes industriels contraints à vendre leurs stocks-options pour boucler des fins de mois difficiles sera également évoqué ?

JGH, Strasbourg

- le 04/10/2007 à 08h57

Bonjour, j'ai pris ma retraite (57 ans) dès que j'y ai eu droit, j'aurais pu continuer quelques années de plus, mais la direction de l'entreprise me stressait, j'étais sous anti-déprime, il arrivait en catimini pour surprendre, jamais content du travail mais toujours en faire plus, dans ces cas-là, vaut mieux arrêter

Bl, St ch

- le 04/10/2007 à 08h55

J'ai fait une dépression due au travail, il y a 6 ans, la médecine du travail s'est arrangée pour que je sois licenciée et ça a été le cas, mais on n'a pas cherché à connaître le vrai problème (à part celui du travail). Il a fallu que je consulte une endocrinologue pour maigrir pour qu'elle me fasse un bilan sanguin (vu dans l'état dépressif que j'étais) pour découvrir que j'avais un problème de thyroïde. Depuis, j'ai un traitement à vie, j'ai changé de métier, je suis devenue assistante maternelle et c'est un vrai bonheur. Je pense que si j'avais été traitée au bon moment, j'aurais supporté mon patron et j'aurais été plus forte face à tous ces problèmes (si je n'avais pas eu mon mari et mes enfants, je serais morte) maintenant, pour que je craque, il faut un vrai problème ou souci (pourtant, on en a connu, problème d'argent, plusieurs fois le chômage...). alors, avant de traiter une dépression nerveuse, il faut tout vérifier : la cause et la santé. Cathy de Tours

Catherine, Tours

[voir toutes les réactions](#)

