



Syndrome Anxiodépressif réactionnel

*Autrement dit **BURN-OUT***

Directeurs et directrices d'Agence, Chargé.e.s d'affaires, Gestionnaires Clientèle, gestionnaires bancaires, responsables de service.... êtes-vous concerné.e.s ?

Troubles de la concentration, du sommeil, irritabilité, nervosité, fatigue importante, palpitations...autant de symptômes dont souffrent de plus en plus les personnels de la CEBPL.



Quelques Chiffres, en France :

- 45 % des actifs occupés déclarent devoir (toujours, souvent) se dépêcher.
- 25 % déclarent devoir cacher leurs émotions, faire semblant d'être de bonne humeur.
- 30 % signalent avoir subi au moins un comportement hostile dans le cadre de leur travail au cours des 12 derniers mois.
- 10 % disent devoir faire dans leur travail des choses qu'ils désapprouvent.
- 25 % craignent de perdre leur emploi.

Source enquête DARES (Direction de l'Animation de la Recherche, des Etudes et des Statistiques).

Est-il possible de faire un burn-out sans le savoir ?

Quand on est en burn-out plusieurs signes l'indiquent. Il y a des signes précurseurs, comme la fatigue, des difficultés à s'endormir, une perte d'appétit, des troubles digestifs, des douleurs, des troubles de l'attention... En état de burn-out, l'individu arrive à un état d'épuisement complet, il a puisé toute son énergie, avec parfois l'impossibilité même de sortir de son lit. Cet état peut s'accompagner d'un sentiment d'abattement et de vide intérieur, qui le rend désintéressé de tout. Cela peut s'accompagner d'hypersensibilité ou de crises d'angoisses et d'un état dépressif.

Pourquoi les salariés de la CEBPL peuvent être concernés par ce mal ?

Surcharge de travail, manque de clarté dans le partage des tâches, intensification du travail, mode de management, manque d'autonomie, réorganisations successives (Agence collaboratives, Agence conseil, Accueil pour tous, changement des logiciels de travail (Mycrédit immo, Mysys...) Tous ces facteurs conduisent à un déséquilibre entre la perception qu'une personne a des contraintes de son environnement de travail et la perception qu'elle a de ses propres ressources pour y faire face.

La complexité grandissante des tâches, la réduction des temps de repos (pas de pause entre 2 rdv, diminution de la pause méridienne...) l'individualisation du travail par la nouvelle mouture des Parts Variables et des Challenges ou encore les exigences accrues de la clientèle, détruit nos collectifs de travail et le sens du travail commun.

Pour SUD SOLIDAIRES BPCE, chercher à développer le bien-être au travail, c'est aussi redonner du sens au travail. Cela a un impact certain sur les enjeux qui en découlent (performance de l'entreprise, égalité femmes/hommes, conciliation des temps de vie, démocratie sociale dans l'entreprise...)



Le Code de la Sécurité sociale définit l'accident du travail ainsi : « Est considéré comme accident du travail, quelle qu'en soit la cause, l'accident survenu par le fait ou à l'occasion du travail de toute personne salariée ou travaillant à quelque titre ou en quelque lieu que ce soit pour un ou plusieurs employeurs ou chefs d'entreprise ». À l'origine de l'accident du travail, on doit donc retrouver deux éléments : • Un fait accidentel pouvant être daté avec précision et qui est à l'origine d'une lésion corporelle ou psychique ; • L'existence d'un lien de subordination entre la victime et son employeur au moment de l'accident.

Si vous êtes dans cette situation de détresse due au travail, votre médecin traitant ne doit pas vous déclarer en arrêt maladie mais en accident du travail, en indiquant les termes suivants « **syndrome anxiodépressif réactionnel** ».

Vous vous rappelez de DIAPASON 2021. Vous en avez parlé de la charge de travail et pourtant dans le nouveau PLAN STRATEGIQUE 2022-2024, la charge de travail/qualité de vie au travail n'y figure plus !

Comment inverser le cercle vicieux en cercle vertueux ?

- En définissant clairement les tâches de chacun (travail prescrit / travail réel).
- En créant une stabilité organisationnelle, c'est-à-dire en cessant de réorganiser les services à tour de bras et en recrutant.
- En favorisant l'esprit d'équipe, plutôt que l'individualisme.



Pour une vraie solidarité, rejoignez SUD-Solidaires