



La perte de sens du travail et les conséquences sur la santé

Silva dos Santos, Reinaldo

La perte de sens du travail et les conséquences sur la santé

Silva dos Santos, Reinaldo¹ - reinaldo.sds@hotmail.com

Résumé :

Le sens, dans ses dimensions de signification, d'orientation, de cohérence est étroitement lié à la condition humaine, à ses aspects psychiques, à ses valeurs. Les changements provoqués par l'histoire du monde se reflètent sur l'homme qui change ses impressions, ses évaluations, ses perceptions et ainsi le sens de son existence, de sa vie, de ses actions.

Le travail comme activité propre de l'être humain, c'est l'empreinte de ses caractéristiques personnelles sur la nature. C'est l'extériorisation d'une énergie spécifique qui porte son intelligence, son raisonnement, ses émotions. C'est l'énergie humaine. Toutes les fois que l'homme ne peut pas l'extérioriser avec toutes ces caractéristiques, le sens de son travail se détériore, et on commence à voir un processus de dégénération de l'homme qui va se réfléchir sur sa santé.

Les changements que le travail va souffrir au fil des temps, le transforme en une activité qui empêche l'homme d'exercer sa pleine condition humaine. C'est actuellement simplement une activité qui lui procure sa subsistance. Ainsi on va assister à une augmentation des maladies liées au travail, tout comme à une grande consommation de médicaments psycho-actifs à cause des dégâts produits par le travail.

Ce monde actuel, où règnent les droits du marché, les biens matériels, où se cherchent la productivité et le profit, ne donne pas la possibilité à l'homme de faire un travail qui a du sens, où il puisse s'épanouir, exercer son autonomie et sa liberté, s'accomplir. Vivre comme un authentique être humain.

Mots clés : sens, travail, accomplissement, santé, maladie, souffrance, stress,

¹ Médecin du travail et maître en philosophie, Université Lyon 3

Summary :

Meaning, as far as it concerns signification, direction and coherence, is closely linked to the human condition, to its mental states, to its values. Changes provoked by the history of the world are reflected in man who changes his impressions, his evaluations, his perceptions and thus the sense of his existence, of his life, of his actions.

Work in as much as it is an activity that is unique to the human being, is the mark of his personal characteristics on nature. It is the exteriorisation of a specific energy which carries his intelligence, his reasoning, his emotions. It is human energy. Whenever man is unable to exteriorise with all these characteristics, the meaning of his work deteriorates and one begins to see a process of degeneration of the man which will be reflected on his health.

Changes that work has come to suffer over time transforms it into an activity which prevents man from living the human condition to the full. Now it is simply an activity which provides him with subsistence. Thus we witness an increase in illnesses linked to work, as well as a large level of consumption of psycho-active drugs because of the damage produced by work.

The contemporary world, ruled by the laws of the market and material goods, where productivity and profits are sought, doesn't give man the possibility of carrying out work which has a sense, where he can flourish, to exercise his autonomy and his liberty, to become fulfilled. To live like an authentic human being.

Keywords : meaning, work, fulfilment, health, illness, suffering, stress

I. INTRODUCTION

L'homme doit être compris dans une vision holistique, c'est-à-dire qu'il est un être dont les réactions émanent de la complexité de toutes les dimensions de sa constitution. Donc, sa santé est l'équilibre dynamique et harmonieux de ses dimensions physique et psychique, établies dans des milieux environnementaux et sociaux qui la modulent.

Dans la dimension sociale se placent la famille et le travail, deux grandeurs inhérentes à l'homme. La première pour être le lieu où nous apprenons à aimer et être aimés et la seconde, l'action par laquelle nous enregistrons notre existence. C'est intéressant de rappeler ce que Sigmund Freud a dit : « Le travail, comme l'amour, est une nécessité vitale pour le développement de la personne et de la société démocratique. »

C'est à travers le travail que l'homme se réalise comme un être humain, consolide le progrès, les conquêtes, les réalisations, et qu'il transforme le monde. C'est à travers le travail que l'homme maintient et reproduit la vie, donne un sens à son existence, une signification, une valeur, une orientation, établit une cohérence entre son intérieur et l'extérieur. Le sens du travail se confond avec le sens de la vie.

II . Le sens du travail

Dans son travail, *Donner un Sens au Travail*, Estelle Morin, commence en disant :

Le travail joue un rôle important dans le développement de la personne. À prime abord, il lui permet d'assurer sa subsistance, c'est certain, mais ce n'est pas là son seul intérêt. Le travail est avant tout une activité par laquelle une personne se définit, s'insère dans le monde, actualise son potentiel, et crée de la valeur, ce qui lui donne, en retour, le sentiment d'accomplissement et d'efficacité personnelle, voire peut-être un sens à sa vie.²

À partir des différentes acceptions du mot « sens » on peut faire un parallèle en rapport au « sens du travail ».

² Morin, Estelle M. *Donner un sens au travail*. 2006.

<http://www.santepsy.ulaval.ca/webdav/site/cspt/shared/pdf/Donner%20un%20sens%20au%20travail.pdf> (accès le septembre 10, 2010), p.19

Le travail peut avoir le sens de « signification », c'est-à-dire de ce que le travail symbolise pour un individu, quelles sont les représentations, la valeur qu'il lui donne, quelle place il occupe dans sa vie.

Le travail peut avoir aussi le sens d' « orientation », c'est-à-dire là où une personne veut arriver dans son existence. L'homme est l'unique animal qui projette son futur, qui fait un plan de développement. Le travail fonctionne comme un moyen pour atteindre ses buts, ses accomplissements.

Le travail peut avoir le sens de « cohérence », c'est-à-dire, une harmonie entre les aptitudes, les habiletés, les potentialités de la personne et les tâches et les objets qu'il produit. On doit souligner que chaque individu présente une structure de sa personnalité, et ainsi l'activité qui lui est cohérente doit être en harmonie avec cette structure personnelle pour lui donner du sens ou de la satisfaction symbolique du travail, ce qui est décrit par Dejours comme « le vécu qualitatif de la tâche. C'est le sens ou la signification du travail qui sont en cause dans leurs rapports avec le désir. »³

Pour délimiter expérimentalement, plus précisément et scientifiquement, les principales caractéristiques qui donnent un sens au travail, E. Morin, après enquête dans un centre hospitalier et l'application d'évaluations statistiques, a finalement dû ramener les principales composantes au nombre de six⁴:

- 1) La rectitude morale (un travail qui se fait dans un milieu qui valorise la justice et l'équité, dans un environnement sain et sécuritaire, qui témoigne de la considération pour la dignité humaine, où vous pouvez compter sur l'aide de vos collègues lorsque vous avez des difficultés).
- 2) Les occasions d'apprendre et de se développer (un travail que vous avez du plaisir à faire, qui vous permet d'atteindre vos objectifs, qui vous permet d'atteindre un équilibre avec votre vie privée, qui vous permet d'envisager l'avenir avec confiance, qui vous permet d'apprendre, qui vous permet de vous épanouir).
- 3) L'autonomie au travail (un travail qui vous permet d'assurer des responsabilités, qui permet d'exercer votre jugement pour résoudre des problèmes, qui vous permet de prendre des décisions, qui vous permet de travailler efficacement).
- 4) Les relations au travail (un travail qui vous permet d'avoir des contacts intéressants avec d'autres, qui vous permet d'avoir de bonnes relations avec les autres, qui vous permet de développer une

³ Dejours, Christophe. *Travail, usure mentale*. Paris: Bayard Editions, 2010, p.103.

⁴ Morin, Estelle M. *Sens du travail, santé mentale et engagement organisationnel*. études et recherches, Montréal: HEC Montréal, 2006, p.26.

complicité avec vos collègues, qui vous permet d'avoir de l'influence dans votre milieu).

5) L'utilité du travail (un travail qui est utile à la société, qui est utile aux autres).

6) La reconnaissance au travail (un travail qui correspond à vos compétences, qui vous donne un salaire qui permet de subvenir à vos besoins, où l'on reconnaît vos compétences).

Pour Davezies la valorisation de l'exercice de l'autonomie donne à l'homme un sens plus humain dans son travail : « L'autonomie, c'est ici la possibilité de disposer d'un espace d'expérimentation dans lequel le sujet puisse s'éprouver et chercher les voies de son développement. A la lumière de la clinique, nous dirions que ce qui est ici en question, c'est le pouvoir de se manifester comme humain et non comme un rouage. »⁵ Ici l'auteur remarque la possibilité de développement à mesure que l'autonomie est pratiquée et en continuant le même raisonnement, il ajoute l'importance de la reconnaissance, du soutien dont un travailleur a besoin pour se sentir valorisé comme une personne : « Il s'agit du soutien social : la possibilité ou non de bénéficier du soutien technique et de la compréhension de la hiérarchie, de l'aide et de la solidarité des collègues. Toutes choses égales par ailleurs, l'absence de soutien social, l'isolement au travail, apparaît comme un facteur de dégradation de la santé. »⁶

On peut observer que les caractéristiques qui donnent du sens au travail peuvent être vues comme étant les caractéristiques qui donnent du sens à l'essence humaine, c'est-à-dire être autonome, libre, pouvoir se développer, apprendre, être utile à la société, être reconnu pour ses capacités, son identité, dans un milieu où il est respecté et peut faire preuve de respect et de considération envers un autre être humain.

III . LA MÉTAMORPHOSE DU SENS DU TRAVAIL

L'accomplissement personnel dans le travail peut donner un sens à la vie. Mais actuellement avec toutes les distorsions que l'activité « du travailler » présente, cet accomplissement est très difficile.

⁵ Davezies, Philippe. «Souffrance au travail : le risque organisationnel.» *philippe.davezies.free.fr*. Février 2004.

http://www.philippe.davezies.free.fr/download/down/Souffrance_risque_organisationnel_2004 (accès le Février 18, 2011), p.1-2.

⁶ Davezies, Philippe. «Souffrance au travail : le risque organisationnel.» *philippe.davezies.free.fr*. Février 2004.

http://www.philippe.davezies.free.fr/download/down/Souffrance_risque_organisationnel_2004 (accès le Février 18, 2011), p.2

Dans les 50 dernières années, on observe un grand changement dans le monde du travail, changement qui a déjà commencé dès la fin du XIX^{ème} siècle à travers de nouvelles méthodes d'organisation du travail comme la division scientifique du travail, introduite par Taylor. Ces méthodes ont fragmenté le travail en faisant que les travailleurs soient réduits à des appendices des machines, en réduisant les activités à des mouvements répétitifs, monotones, limités à des actions très simples, sans perception de la vision majeure de la production. Aux travailleurs ne restent que des activités qui ne demandent pas de penser, réfléchir, créer, et donc, en retirant les conditions minimales pour exercer leur condition humaine, d'utiliser leur potentiel de cerveau, de faire extérioriser leur vraie énergie humaine. Cela a été un pas décisif pour la perte de sens du travail. L'impact sur le sens du travail va être très sensible ainsi que sur le comportement et la santé de l'homme. Dejours cite : « Une fois réussie la désappropriation du savoir-faire, une fois démantelée la collectivité ouvrière, une fois brisée la libre adaptation de l'organisation du travail aux besoins de l'organisme, une fois réalisée la toute-puissance de la surveillance, il ne reste plus que des corps isolés et dociles dépourvus de toute initiative. »⁷ Le travailleur avait la connaissance de tout le processus de la fabrication, de toutes les étapes, de la nature de la matière et de ses transformations et il avait la connaissance du produit final ; mais avec la division du travail cette notion va changer.

À partir de la taylorisation, le travail, où le travailleur doit accomplir un même geste pendant toute la journée, cesse d'être une action consciente, autonome et devient automatique, n'exigeant plus la participation mentale, inhibant les possibilités d'apprendre et de se développer, toutes caractéristiques qui donnent du sens au travail.

L'évolution du travail, amenée par les transformations dans le monde industriel et économique, avec l'augmentation de la production et une diminution du travail humain, dues à la mécanisation, à l'informatisation, à des nouveaux modes d'organisation du travail, va changer les principes qui caractérisent le travail, et par conséquent la possibilité de l'accomplissement de l'homme. Ce monde industriel qui apparaît, n'offre plus de vrais postes de travail où les individus puissent s'accomplir, mais des activités où les individus puissent gagner leur vie, leur subsistance, survivre. Ce sont de simples « emplois », où l'individu emploie sa force, mais fréquemment sans utiliser le raisonnement, la créativité. Ce sont des occupations sans un sens vraiment humain. Le décalage qui s'établit dans ce monde industrialisé, où se produit plus avec peu de travail humain, va gérer des crises du travail, ou mieux, des crises de l'emploi.

La différence la plus significative entre travail et emploi, c'est que dans le premier le travailleur utilise ses compétences, son habileté, son intelligence avec autonomie et a la possibilité de se développer, et dans le second, l'employé fait des

⁷ Dejours, Christophe. *Travail, usure mentale*. Paris: Bayard Editions, 2010, p.78.

tâches où il ne peut pas exercer son autonomie, son jugement, sa liberté, comme un vrai être humain.

Pour garantir leurs emplois les travailleurs se soumettent à une journée de travail plus allongée sans la compensation due, au travail le weekend, à la préoccupation constante du travail. Vivre pour travailler et rien de plus.

Avec l'avènement du capitalisme, les modes de production ont beaucoup changé à cause d'une quête de stratégie plus rentable, qui optimise l'investissement appliqué et qui permette une augmentation de la production. Naît, de cette façon, la rationalisation économique du travail qui va changer les caractéristiques intrinsèques et extrinsèques du travail, de sa dynamique, et va aggraver la perte de sens de cette activité pour l'homme. Avant ce mouvement le travail s'intégrait à la vie du travailleur comme une chose naturelle, intimement liée à la famille, au loisir, à la vie sociale, et répondait aux besoins, aux nécessités de base, sans préoccupation d'accumulation de biens matériels. Le travail avait des attachements culturels et des traditions, une cohérence avec ses valeurs et sa vocation. André Gorz, exactement sur cet aspect, fait la citation suivante : « La nouveauté de *l'esprit du capitalisme*, c'est l'étroitesse unidimensionnelle, indifférente à toute considération autre que comptable, avec laquelle l'entrepreneur capitaliste pousse la rationalité économique jusqu'à ses conséquences extrêmes. »⁸

Quand on aperçoit l'écart qui s'établit entre le travailleur et la possibilité pour lui de maintenir dans ses activités les propriétés qui donnent un sens au travail qu'il accomplit en exerçant sa compétence, son jugement, d'apprendre et pouvoir s'épanouir, de se perfectionner, on assiste au processus de déshumanisation du travail. André Gorz commence le chapitre *La Fin de L'Humanisme du Travail* dans son livre *Métamorphose du Travail* en posant la question suivante : « Qui décide quel travail nous faisons et comment ? » et il ajoute : « Dans les pays industrialisés, la réponse est : le capital (en la personne de ses fonctionnaires et/ou propriétaires) ».⁹ On peut apercevoir que l'homme ne fait pas partie de ce choix. Marx fait une analyse en considérant la condition humaine :

Dans la personne de l'ouvrier, il se révèle subjectivement que le capital, c'est l'homme qui s'est perdu complètement ; dans le capital, il se révèle objectivement que le travail, c'est l'homme vidé de sa substance humaine. Or, l'ouvrier a le malheur d'être un capital vivant, donc besogneux : pour peu qu'il ne travaille pas, il perd ses intérêts et jusqu'à son existence. En tant que capital, la valeur de l'ouvrier augmente selon l'offre et la demande ; même physiquement, son

⁸ Gorz, André. *Métamorphoses du travail*. Paris: Gallimard, 1988, p.38.

⁹ Gorz, André. *Métamorphoses du travail*. Paris: Gallimard, 1988, p.90.

existence, sa vie, est et a été considérée comme une marchandise analogue à toute autre marchandise qui s'offre.¹⁰

L'homme reste dépouillé d'une signification humaine, il est comparable à une marchandise et il a la valeur du marché. On peut évaluer ce que cette condition va représenter dans sa dimension la plus intime, le potentiel que cette condition a pour le dépersonnaliser. Marx ajoute : « La production ne produit pas seulement l'homme comme une marchandise, la *marchandise humaine*, l'homme destiné au rôle de marchandise, elle le produit, conformément à cette destination, comme un être déshumanisé aussi bien intellectuellement que physiquement. »¹¹

Mais on doit admettre que l'homme reste subordonné à la vitesse, au rythme de la machine. L'organisation du travail ne tient pas compte des préoccupations d'ordre humain, mais elle est faite en fonction des exigences techniques. Le travailleur devient une « chose » écartable, interchangeable, privé de respect pour son histoire, sa condition psycho-sociale, ses obligations devant sa famille.

Le travail comme activité d'accomplissement devient une activité de subsistance, un emploi pur et simple, sans aucun sens.

L'impossibilité d'agir en utilisant sa condition humaine, va se refléter dans son comportement d'une manière plus ample. Ces conditions ne respectent pas la condition psycho-physique du travailleur, et pire, ne permettent pas l'utilisation de ses capacités cognitives, de son raisonnement, son intelligence, l'écoulement de sa vraie énergie humaine, ce qui induit chez cette personne une perte de sensibilité, un processus d'abrutissement mental et de désocialisation. Ses relations dans le travail deviennent superficielles, les liens familiaux se désagrègent, le travailleur se désintéresse d'autres activités, culturelles, sociales, une pauvreté psychique s'accroît peu à peu. C'est l'extrême perte de sens.

Un processus, qui va se développant avec l'augmentation des communications, des transports et des échanges internationaux, prend une forme plus évidente à partir des années 70 : la mondialisation, qui s'implante d'une manière vigoureuse, et avec elles, arrivent des changements dans la société, la culture, l'économie, et dans le travail. L'informatisation, l'automatisation, des nouvelles formes de gestion capitalistes augmentent fortement leur présence, l'internationalisation des entreprises dans un scénario extrêmement compétitif, va mener à une réduction de l'emploi, et avec des caractéristiques très marquantes de précarisation de l'emploi. En quête d'une main d'œuvre moins chère, les entreprises

¹⁰ Marx, Karl. «Economie et Philosophie.» Dans *Philosophie*, de Karl Marx, 137-222. Paris: Galimard, 1968, p.179-180.

¹¹ Marx, Karl. «Economie et Philosophie.» Dans *Philosophie*, de Karl Marx, 137-222. Paris: Galimard, 1968, p.181.

transfèrent le lieu de production là où les personnes s'assujettissent à une valeur de salaire dégradante. Les transformations qui ont été introduites par la mondialisation ont créé une vraie obsession compétitive dans le monde, une vie en société comme une dispute compétitive, où le progrès scientifique et technologique n'est pas aligné sur les vrais intérêts humains, en pratiquant les lois du capital ou de marché, et non le respect universel de l'être humain. Ces transformations font que les comportements des entreprises se modifient avec des soucis économiques, en réduisant les postes de travail, incorporant de nouvelles technologies, privilégiant l'efficacité qui asphyxie la liberté et la capacité de création des travailleurs. Cela va produire des préjudices à la personnalité, à la dignité et conséquemment à la santé, dans les dimensions physique et psychologique d'une personne.

Dans ce monde extrêmement compétitif, la vitesse constitue une condition inexorable. Les entreprises et les travailleurs sont en réseau, un réseau qui peut arriver à l'échelle mondiale, et ainsi les demandes et les réponses se font d'une façon immédiate. Comme on dit, c'est l'ère du réflexe et non de la réflexion.

IV. La perte du sens et les conséquences sur la santé

Comme nous l'avons vu, le travail est un composant de la santé dans la dimension sociale et un trouble dans cette même dimension va se répercuter sur la santé en provoquant un déséquilibre. On ne doit pas oublier la caractéristique holistique de l'homme, c'est-à-dire qu'il est un tout, et toute altération qui puisse arriver dans une quelconque dimension va se répercuter dans la complexité de sa santé. L'espace que le travail occupe dans notre vie doit être considéré. Nous travaillons durant les années où notre santé, où notre vitalité est la plus forte, où notre capacité physique principalement est toute puissante. Nous travaillons aussi pendant les heures de la journée où notre métabolisme est optimal, où nous avons les meilleures conditions d'attention, de raisonnement.

Pour que l'individu exécute une activité laborieuse sans que cela ne représente une menace pour sa santé, il doit avoir une aptitude physique et psychologique en rapport à cette activité. Par condition physique nous devons comprendre la force, l'équilibre, les perceptions sensorielles adéquates, la coordination motrice et la normalité des fonctions cardiorespiratoires, neurologiques et ostéo-musculaires. Par condition psychologique, nous désignons l'équilibre émotionnel et principalement la vocation, le penchant vers l'activité, la cohérence entre son identité et l'activité qu'il va exercer, une chose qui n'est pas simple à évaluer, mais trop souvent méprisée. Tout cela doit fonctionner dans une harmonie corporelle et émotionnelle permettant au travailleur de s'exprimer, s'accomplir, en faisant son travail comme une activité revitalisante de sa vie. Mais dans le cas contraire, comme généralement on le constate dans le monde du travail actuel avec ses nouveaux modes d'organisation, dont la division du travail, la compétition accrue, on assiste à une désintégration de l'équilibre physico-psychique de l'homme.

On constate, dans plusieurs enquêtes statistiques de travailleurs, l'augmentation de l'incidence de névroses dépressives, troubles du sommeil, comportement agressif, stress, irritabilité, et, conséquemment à tout cela, une grosse consommation de médicaments psychique-actifs et même, comme nous l'avons vu récemment, jusqu'à une conduite suicidaire. La contamination du temps libre par les soucis du travail compromet les loisirs, la participation à la vie familiale, les activités sportives et/ou culturelles, et de tout cela va résulter un mode de vie très négatif pour la santé, principalement pour la santé mentale. Il y a aussi un appauvrissement mental, une perte de la créativité, de la sensibilité et de l'affectivité. L'homme se déshumanise.

Pour préserver son emploi l'individu ne mesure pas ses efforts, se dédie au travail d'une manière intense, oublie ses relations familiales, sociales, ses loisirs, ses activités culturelles. Il vit pour travailler et rien de plus. Il s'aliène de tout. Et à chaque surcharge de travail il tente de se surpasser en s'investissant toujours plus dans son travail. L'individu peut aimer tout cela. Il devient drogué du travail ou comme on dit maintenant il devient « workaholique ». Il néglige les signes que son corps lui adresse, comme l'altération du sommeil, un état d'irritabilité, d'agressivité ou même de tristesse ou la tendance à vouloir s'isoler

Comme signe des temps actuels, on entend souvent parler de pathologies liées au travail, ce qui était rare auparavant, comme le « workaholisme » et le « *burnout* ».

. « Le « workaholique » considère le travail comme le centre de son univers. Il est capable d'y sacrifier le sommeil, la nourriture, l'exercice physique, la famille, les amis et les loisirs. »¹², selon Durand dans un document *Conduites addictives et travail*, pour les médecins du travail.

Dans d'autres cas on va trouver des professionnels qui s'impliquent dans leurs tâches très fortement. Généralement ce sont des personnes qui travaillent en se consacrant à d'autres personnes, comme les médecins, les infirmières, les enseignants, les caissières de supermarchés, enfin des professionnels soucieux d'autrui qui subissent dans leurs activités des conditions de travail comme surcharge, pression, monotonie, rythme intense, horaires imprévisibles. De ces professionnels-là sont exigées, outre la charge de travail, la bonne humeur, la sympathie, la cordialité, quel que soit leur propre état psychologique. On peut prendre comme exemple actuel le cas de l'opérateur de télémarketing. Normalement il travaille sous pression parce que dans son lieu du travail il y a un écran qui montre combien de personnes sont en attente. Les appels sont d'un contenu généralement désagréable et l'opérateur doit répondre par des phrases préétablies, sans marge pour une intervention personnelle ou pour lui permettre d'exercer son autonomie. De plus ces interventions sont toutes enregistrées. Cet exemple peut être étendu à

¹² Durand, E., C. Gayet, L. Laborde, C. Van De Weerd, et E. Farges. «Conduites addictives et travail.» *Documents pour le Médecin du Travail*, septembre 2008: 339-484, p.343

d'autres activités qui placent le travailleur en relation avec le public, toutes proportions gardées. Cet ensemble de situations va amener une fatigue, accompagnée d'une sensation d'épuisement, sensation d'être vide, et peuvent produire des troubles du sommeil, des douleurs musculo-squelettiques, des troubles gastriques et une sensation d'angoisse. À cet ensemble de signes et de symptômes on donne le nom de « Syndrome de *Burn out* ». Selon Davezies « Le « *Burn Out* » ou « Syndrome d'épuisement professionnel » est une spirale dangereuse qui menace prioritairement les individus professionnellement impliqués dans la relation d'aide au public. »¹³

Il y a une infinité de circonstances qui ont la possibilité d'atteindre les travailleurs dans leur essence, dans ce qui peut les promouvoir vers un accomplissement plus humain et par conséquent d'atteindre l'équilibre de leur santé. D'autres situations s'ajoutent à ces circonstances, comme les surcharges, les changements organisationnels, les buts qu'ils doivent atteindre dans une période préétablie, les évaluations de performance généralement par rapport à ces buts, l'avènement de nouvelles technologies, les programmes de qualité, les relations avec leurs pairs qui se détériorent, le travail dépourvu de signification et sans aucune caractéristique qui puisse lui donner un sens.

Tous ces facteurs s'accumulent au fil du temps, avec l'intensité et principalement la fréquence qui agressent le travailleur en produisant des altérations sur sa santé, lesquelles sont imperceptibles d'abord. À chaque situation qu'on peut dire d'agression, plusieurs paramètres de la santé sont atteints, comme la tension artérielle, le rythme cardiaque, la fréquence respiratoire, la glycémie qui ont tendance à augmenter. Augmente aussi la production de l'acide chlorhydrique dans l'estomac et de la cortisone qui est produite par les glandes surrénales, aussi bien que le tonus musculaire. Cette conjonction de réactions est connue comme réaction de fuite, que l'homme des cavernes avait quand il était menacé et que son organisme se préparait à la fuite. Mais cette situation arrivait à l'homme des cavernes seulement de temps en temps. Pour l'homme contemporain cette situation arrive plusieurs fois par jour et à chaque fois toutes les altérations que nous avons vues surviennent. On peut dire que le travailleur vit constamment en état de menace. À mesure que le temps passe, les paramètres de la tension artérielle et la glycémie commencent à ne pas revenir à la normale et la personne commence à présenter de l'hypertension artérielle et devient diabétique. La fréquence de l'augmentation du tonus musculaire va résulter en troubles de la colonne vertébrale en produisant normalement de fortes crises de douleur. L'augmentation de la production d'acide chlorhydrique va, avec le temps, produire un processus inflammatoire de la muqueuse de l'estomac qui va aboutir à une gastrite et peut-être à un ulcère. La production augmentée de la cortisone va diminuer la capacité de défense de l'organisme et conséquemment accroître la

¹³ Davezies, Philippe. «L'épuisement professionnel : le Burn out.» *philippe.davezies.free.fr/download/download/Burnout_1992.pdf*. 1992. <http://www.philippe.davezies.free.fr> (accès le février 17, 2011), p.1.

possibilité de contracter avec plus de facilité des infections et de développer des tumeurs malignes. Ce n'est pas sans justification qu'aujourd'hui les maladies responsables des plus hauts taux de mortalité sont les troubles cardio-vasculaires et les cancers. On ne doit pas incriminer seulement le travail. La vie sédentaire, le tabac, l'alimentation riche en graisse participent aussi d'une manière assez importante à la composition de ces taux, mais le travail très certainement y contribue grandement.

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) les maladies cardiovasculaires sont la première cause de décès dans le monde, suivies par les maladies infectieuses et parasitaires, et en troisième place les cancers.¹⁴ En France, comme au Brésil, les maladies cardiovasculaires occupent la première position, suivie par les cancers en deuxième place.¹⁵

Mais ce ne sont pas les troubles d'ordre physique qui atteignent le travailleur à travers ce processus. Il y a aussi, et d'une manière très importante, les troubles psychiques qui l'atteignent d'une façon intense. La personne qui affronte les facteurs décrits ci-dessus peut développer un état d'anxiété caractérisé par un comportement d'irritabilité, explosif, agressif. Ou encore une dépression qui se manifeste par la tristesse, le désintérêt pour les contacts sociaux, l'isolement. Dejours cite : « Le vécu dépressif s'alimente à la sensation d'engourdissement intellectuel, d'ankylose mentale, de paralysie de l'imagination, et marque le triomphe du conditionnement au comportement productif. »¹⁶

L'ensemble des changements décrits ci-dessus que subit l'individu va caractériser ce qu'on appelle le stress, c'est-à-dire l'ensemble des modifications dont un organisme souffre pour s'adapter aux situations qui menacent son équilibre. Et tout cela va conduire l'homme, dans nos cas le travailleur, à une souffrance induite par les conditions de travail.

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé « la dépression est la principale cause d'années perdues pour cause d'incapacité, la charge étant plus lourde de 50% chez les femmes que chez les hommes. »¹⁷ Cette situation justifie la grande consommation de médicaments psycho-actifs qui s'observe actuellement et la participation très forte des troubles mentaux à l'absentéisme au travail. On peut apercevoir à partir de ce scénario : l'ample dimension des changements du travail, et

¹⁴ OMS, Organisation Mondiale de la Santé - *Causes of death*. 2004. http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GBD_report_2004update_part2.pdf (accès le mars 10, 2011).

¹⁵ OMS, Organisation Mondiale de la Santé - *WHO Mortality Database: Tables*. 2005. <http://www.who.int/healthinfo/morttables/en/> (accès le mars 10, 2011). (OMS, WHO Mortality Database: Tables 2005)

¹⁶ Dejours, Christophe. *Travail, usure mentale*. Paris: Bayard Editions, 2010, p. 86.

¹⁷ OMS, Organisation Mondiale de la Santé - *L'état de santé du monde: nouvelle étude sur la charge mondiale de morbidité*. 27 octobre 2008. <http://who.int/mediacentre/news/notes/2008> (accès le mars 10, 2011).

simultanément de son sens, les conséquences sur la santé de l'homme, sur son comportement, sur son mode de vie, sur sa perception du monde, sur son existence.

Souvent les personnes plongées dans l'univers du travail cherchent des artifices pour compenser cette condition de vie. C'est très fréquent de les chercher dans les substances psycho-actives ou dans l'alcool. Ce processus commence d'une manière insidieuse, mais petit à petit augmente et se transforme en un problème de dépendance grave. Souvent il conduit vers la drogue illicite. Dans ces modes d'addiction qui atteignent les travailleurs, comme le tabac, l'alcool, jusqu'aux drogues dites illicites, les médicaments psycho-actifs augmentent d'une manière considérable.

Les risques psycho-sociaux au travail sont actuellement l'un des principaux causes des maladies liées au travail. Ils sont représentés par un ensemble de facteurs liés aux conditions de travail. Ils peuvent être à l'origine de plusieurs troubles de santé, comme des maladies cardiovasculaires, des troubles musculo-squelettiques, des troubles mentaux, principalement les dépressions et provoquer des altérations dans le milieu familial et dans le travail.

La souffrance de l'homme augmente parce qu'il vit dans une société où il est induit à consommer, à avoir des choses dont souvent il n'a pas besoin. L'homme est séduit par les publicités qui mettent le bonheur dans les choses matérielles, banales, sans aucune représentativité intérieure d'humanité. On voit de nos jours que l'accomplissement d'une personne est mesuré par les choses matérielles qu'elle possède. Et ainsi, pour se sentir « accomplie » elle travaille intensément, mais non en cherchant sa réalisation comme un être humain, non en favorisant l'écoulement de sa vraie énergie, mais en faisant quelque chose pour gagner de l'argent et pour pouvoir accéder à des biens matériels.

Les programmes de « qualité de vie » qui sont développés actuellement dans le milieu des entreprises représentent en une très bonne opportunité de récupérer les conditions humaines de travail et d'apporter des améliorations pour la santé des individus. Plusieurs entreprises déjà ont perçu la nécessité de faire cet investissement, d'investir sur l'homme en lui donnant sa vraie importance, en rendant en même temps les entreprises plus humanisées.

V . CONCLUSION

On peut dire que le travail est le grand moteur des changements du monde. Il change l'histoire de l'humanité, les valeurs, le mode de vie, les relations sociales et la vie des hommes. Le travail change tout pour l'homme, de sa santé dans tous ses aspects jusqu'à son comportement, son mode d'agir et de penser, ses buts, ses rêves, ses chemins à parcourir, le sens qu'il donne à son existence.

Le capitalisme, par la manière dont il se manifeste dans le monde actuel, présente une caractéristique très désagréable de la société, des valeurs, du monde du travail, de l'environnement et de la condition humaine. Les caractéristiques de la grande industrie capitaliste - comme la production à grande échelle, l'accumulation des richesses, la quête de profits intensifs - basées sur un travail fragmenté, et plus récemment avec les tendances de déréglementation et flexibilisation, non régi par les conditions du respect des droits et conventions du travail, déterminent des effets très négatifs dans tous les domaines de l'existence humaine, dont le sens du travail.

La société humaine a perdu le focus de la vie. Elle a perdu le vrai sens de l'existence humaine, de sa mission d'être Là. L'homme n'exerce plus son essence d'être un être qui imprègne ses actions avec conscience et sentiment de fraternité.

Mais dans le théâtre de la vie, l'homme va continuer à jouer son rôle de travailleur, non dans le but de son accomplissement, en cherchant la dimension maximale de sa condition humaine, sauf rares exceptions, mais pour être possesseur de choses matérielles, en s'installant dans la maladie pour échapper à ses frustrations ou s'anesthésier face à sa souffrance en consommant chaque jour plus de tranquillisants et en se délivrant de la mission de vivre.

La liaison entre santé et sens du travail est patente. De même que le travail est un composant de la santé, le sens du travail est un composant du sens de la vie. De même que la santé est atteinte par la perte du sens du travail, le sens de la vie est atteint aussi.

Mais nous devons avoir l'espoir que ce scénario peut changer. Parce que l'homme a au fond de lui, même si c'est actuellement bien caché, la capacité de discerner, d'agir avec conscience, et il pourra récupérer sa condition d'être humain dans une acception la plus élargie possible et de cette façon rencontrer le réel sens du travail et de la vie.

BIBLIOGRAPHIE

Arvon, Henri. *La philosophie du travail*. Vendôme - France: Presses Universitaires de France, 1973.

Davezies, Philippe. «L'épuisement professionnel : le Burn out.» *philippe.davezies.free.fr/download/down/Burnout_1992.pdf*. 1992.
<http://www.philippe.davezies.free.fr> (accès le février 17, 2011).

—. «Souffrance au travail : le risque organisationnel.» *philippe.davezies.free.fr*.
Février 2004.
http://www.philippe.davezies.free.fr/download/down/Souffrance_risque_organisationnel_2004 (accès le Février 18, 2011).

Dejours, Christophe. *Travail, usure mentale*. Paris: Bayard Editions, 2010.

Durand, E., C. Gayet, L. Laborde, C. Van De Weerd, et E. Farges. «Conduites addictives et travail.» *Documents pour le Médecin du Travail*, septembre 2008: 339-484.

Gorz, André. *Métamorphoses du travail*. Paris: Gallimard, 1988.

Marx, Karl. «Economie et Philosophie.» Dans *Philosophie*, de Karl Marx, 137-222.
Paris: Galimard, 1968.

Morin, Estelle M. *Donner un sens au travail*. 2006.
<http://www.santepsy.ulaval.ca/webdav/site/cspt/shared/pdf/Donner%20un%20sens%20au%20travail.pdf> (accès le septembre 10, 2010).

Morin, Estelle M. *Sens du travail, santé mentale et engagement organisationnel*. études et recherches, Montréal: HEC Montréal, 2006.

OMS, Organisation Mondiale de la Santé -. *Causes of death*. 2004.
http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GBD_report_2004update_part2.pdf (accès le mars 10, 2011).

—. *L'état de santé du monde: nouvelle étude sur la charge mondiale de morbidité*. 27 octobre 2008. <http://who.int/mediacentre/news/notes/2008> (accès le mars 10, 2011).

—. *WHO Mortality Database: Tables*. 2005.
<http://www.who.int/healthinfo/morttables/en/> (accès le mars 10, 2011).