

Le «miroir» qui révèle un malaise au travail

SANTE Entre épuisement et désengagement, *Specchio*, l'étude qui scrute la santé des Genevois, révèle une vulnérabilité croissante dans le monde professionnel.

STEVEN KAKON

On en sait plus sur la santé des Genevois, passée sous la loupe. Les résultats de l'étude *Specchio* (miroir, en italien), inédite à l'échelle cantonale, ont été présentés le 14 janvier lors d'un webinaire réunissant plus de quatre cents participants. Objectif: mieux comprendre comment nos modes de vie, notre environnement et nos conditions de travail influencent le bien-être, aujourd'hui comme demain, et ainsi fournir aux décideurs des

Le mal-être ne se limite pas à l'épuisement. Vingt-huit pourcent des répondants s'ennuient au travail et 39% pratiquent le *quiet quitting*, ce désengagement silencieux qui gagne du terrain.

outils pour orienter les politiques publiques. Au-delà des indicateurs classiques (qualité du sommeil, habitudes alimentaires, consommation d'alcool et de tabac, sédentarité, etc.), les chercheurs se sont penchés sur la santé au travail. «Une

population qui va bien dans sa vie privée, c'est une chose. Dans sa vie privée et dans sa vie professionnelle, c'est une autre chose», souligne Idriss Guessous, médecin-chef du Service de médecine de premier recours aux Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) aux côtés de la docteure Mayssam Nehme, médecin adjointe, responsable de l'unité d'épidémiologie populationnelle dans ce même service. Premier résultat: 12% des répondants déclarent se sentir mieux lorsqu'ils ne vont pas travailler. «On est proche de la littérature internationale», précise Idriss Guessous, avant d'ajouter avoir «envie de pouvoir agir en amont».

«Plus un lieu d'épanouissement»

Le mal-être ne se limite pas à l'épuisement. Vingt-huit pourcent des répondants s'ennuient au travail et 39% pratiquent le *quiet quitting*, ce désengagement silencieux qui gagne du terrain. «Le travail n'est plus un lieu d'épanouissement. Pour beaucoup, il a perdu cette dimension», résume Idriss Guessous. Si 36% des sondés affichent encore un engagement élevé, «beaucoup de personnes répondent ne plus retrouver cet élan, cet épanouissement au travail». Enfin, deux tiers des

personnes (66,2%) rapportent un bon à très bon équilibre entre le travail et la vie personnelle. L'étude met toutefois en lumière des écarts significatifs selon les secteurs. Celui de l'hébergement et de la restauration plafonne à moins de 50%, bien en dessous de la moyenne. L'agriculture et la construction à moins de 60%, tandis que la garde d'enfants atteint 79%.

Méthodologie

Mandatée par l'Office cantonal de la santé et menée par l'Unité d'épidémiologie populationnelle du Service de médecine de premier recours des HUG, l'étude est longitudinale: les participants s'inscrivent sur la plateforme et remplissent plusieurs questionnaires en ligne chaque année (deux à quatre) pendant plusieurs années. Au total, entre trois mille et cinq mille personnes y ont répondu, assurant, selon les chercheurs, un certain degré de représentativité. La méthode utilisée permet d'observer l'évolution de leur santé physique, mentale et professionnelle dans le temps plutôt qu'une photographie ponctuelle.

L'oubli du facteur humain

Psychologue du travail, Christian Voirol a longtemps «tenté de réparer des équipes cassées» avant de se tourner vers la prévention. Aujourd'hui professeur de la Haute école Arc Santé, à Neuchâtel, il réagit aux résultats de l'étude. «Le management s'est concentré

sur l'efficacité des processus plutôt que sur le climat de travail, en abandonnant les processus humains, c'est-à-dire les dynamiques d'équipe, la gestion des émotions et, plus largement, sur ce que j'appelle l'hygiène relationnelle», observe-t-il.

Résultat: les temps dédiés à la gestion de la collaboration, pourtant essentiels, disparaissent et le monde professionnel devient toujours plus exigeant. En cause, selon le spécialiste, une pression croissante qui dépasse les murs des organisations. «La population attend des services

d'une plus grande qualité à un prix minimum. Les managers ne font que répondre à cette demande.» Mais cette quête permanente de productivité n'est pas sans conséquences. Elle a un coût social. «Les gens s'épuisent», observe-t-il.

Bore-out, ou l'ennui au travail

L'étude révèle aussi une proportion notable de personnes qui s'ennuient au travail, un phénomène qualifié de *bore-out*. Christian Voirol porte toutefois un regard critique sur cette notion. «Il s'agit plutôt d'une perte de sens. Par

exemple, certains soignants passent une grande partie de leur temps à remplir des documents.»

Pas d'équipes sous pression

Comment redonner au travail sa dimension d'épanouissement? Pour Christian Voirol, la réponse passe par des «arbitrages». «Lorsqu'un collaborateur est absent, ses collègues ne devraient pas absorber sa charge de travail. Il faut accepter de fonctionner en mode dégradé, en réduisant la qualité ou la quantité, afin de ne pas mettre les équipes sous pression.» ■

