PARTIE 2 - ANNEXE 1

# Sondage de l’Agence Nationale pour l’Amélioration des Conditions de Travail : ANACT/CSA, mars 2009 :

L’agence a pour vocation d’améliorer la situation des salariés et l’efficacité des entreprises. Dans le cadre de ses actions, elle organise chaque année la semaine pour la qualité de vie au travail depuis 2004.

## Rapport d’analyse de l’enquête: le stress au travail

Méthodologie : 1000 salariés ont été interrogés par téléphone à leur domicile, échantillon représentatif des salariés français actifs occupés de 18 ans et plus.

Résultats :

D’une manière générale, les salariés se sentent stressés dans 41% des cas, il touche toutes les catégories socioprofessionnelles avec un taux de 57% pour les cadres supérieurs et il est dû à la vie professionnelle avec un taux à 42% contre 6% pour la vie personnelle.

Un tiers des salariés se déclarent stressés par les deux et un salarié sur quatre attribue le stress au contexte économique.

Seulement un quart des salariés ont recours à leur médecin traitant pour soigner leur stress plus fréquent pour les femmes que les hommes. On peut noter que 18% des salariés en CDD ont pensé à une formation ou reconversion pour pallier le stress au travail.

## L’ANACT propose une analyse en quatre domaines de tension et de régulation:

### Familles de tension et les facteurs les plus marquants :

Les quatre familles de tensions sont équilibrées, mais c’est l’organisation du travail (40%) et la satisfaction aux exigences personnelles (38%) qui sont les plus stressantes viennent ensuite les changements dans le travail/flexibilité (31%) et les relations avec les collègues et la hiérarchie (31%).

Plus l’entreprise est grande plus les risques sont élevés, les salariés des TPE (1 à 9 salariés) semblent moins touchés.

Au niveau de l’organisation du travail, la surcharge de travail prévaut (36%) et un taux supérieur à 42% pour le **secteur public**. Ensuite, vient l’insatisfaction du salaire 43%, les CSP+ sont moins gênés. Troisièmement, le manque de solidarité de la hiérarchie et les situations de conflits sont vécus comme angoissants avec un taux de 38% pour **le secteur public** et 44% pour les ST stressés, ce sont les cadres qui se sentent le plus seuls dans leur travail (21% vs 15% pour l’ensemble. Enfin pour le quatrième domaine les changements et le manque de moyens sont plus perturbants que le manque d’autonomie ou d’introduction de nouvelles technologies.

## Les répercutions physiques face au stress :

* Les conditions de travail génèrent une fatigue importante (37%),
* Des difficultés à oublier le travail une fois à la maison (28%),
* Des tensions musculaires (29%), troubles de sommeil (25%), anxiété (25%)
* La cause du stress est professionnelle mais déborde de la sphère de travail.
* La fatigue est plus importante chez la personne stressée 60%

## La réaction des salariés face au stress :

* Seulement un quart des salariés ont recours à leur médecin traitant pour soigner le stress.
* C’est le recours le moins souvent adopté
* Face au stress les salariés montrent un sentiment d’isolement :
* Ils préfèrent s’adapter et trouver en eux les ressources plutôt que de chercher l’aide de l’entourage privé ou professionnel.
* 38% des salariés stressés compensent avec la nourriture, tabac et alcool.