

## Comment voient-ils le médecin du travail aujourd'hui ?



Dr Philippe Rodet, cofondateur de la commission nationale sur le stress de l'association nationale des directeurs de ressources humaines : celui sait allier performance et bien-être »

« En 2007, nous avons décidé de faire naître cette commission pour améliorer la prise en considération des nouveaux phénomènes comme le stress et les risques psychosociaux par les DRH. Ces dirigeants disposent de leviers d'action importants et il

nous a semblé essentiel de leur expliquer ce qu'était le stress, d'où il vient, pourquoi il est devenu toxique alors qu'il y a 20 ans on n'en parle même pas. En poussant à l'extrême nos facultés d'adaptation et en diminuant nos facteurs de protection, nous connaissons aujourd'hui un déséquilibre. Pourtant, attacher plus d'importance aux protections face au stress ne coûte rien à mettre en œuvre. Il s'agit simplement de donner envie aux personnes de le faire. Prenons simplement l'exemple de l'encouragement. Tous les managers sont convaincus de son efficacité pourtant les encouragements restent finalement assez exceptionnels, car notre cerveau ne nous pousse pas à dire ce qui va bien et donc on ne lui dit pas. Or, dès que les salariés sont encouragés, les relations deviennent moins tendues et le bien-être s'installe. Une équipe canadienne s'est même lancée dans une étude\* dont les conclusions sont éloquentes. En encourageant ses collaborateurs, le niveau de stress chute de 30 % chez les hommes et plus de 40 % chez les femmes. Laisser de la liberté d'action, de l'autonomie à un collaborateur instaure un meilleur climat de travail et une hausse de performance est systématiquement enregistrée. Chez Google les salariés bénéficient de journées d'autonomie intense pour montrer leur créativité au-delà des tâches habituelles. Cette autonomie atteint aujourd'hui 20 % de leur temps de travail et 80 % des innovations développées par Google sont issues de ces moments de liberté. On peut donc à la fois générer de la performance et du bien-être. Dans cette alliance les médecins du travail peuvent aider à actionner les bons leviers, bien loin de l'argent et des augmentations de salaire. »

\*Stansfeld SA, Fuhrer R, Head J, Ferrie J, Shipley M, Work and psychiatric disorder in the Whitehall II Study, Journal of psychosomatic research, juillet 1997, Vol. 43, No 1, 73-81.