

BURN-OUT

Le mal qui se répand à la DGFIP

Ceux qui sont entrés à la DGFIP ont fait le choix d'un métier, d'une opportunité professionnelle et d'un salaire convenable. Enfin, c'était vrai avant ! ça ne l'est plus aujourd'hui...

La suppression des postes, l'augmentation de la charge de travail, les restructurations des sites et des métiers, la démétropolisation, les difficultés à obtenir une mutation géographique près de ses intérêts familiaux sont une réalité qui frappe encore plus durement les C et les B.

Nous subissons le lourd tribut des emplois supprimés. Cette peine s'accompagne d'un mal encore plus douloureux, car il persiste insidieusement après le travail.

Ce mal est vécu de façon d'autant plus inattendue, qu'il frappe les agents les plus consciencieux, les plus dévoués à leur travail, à leurs collègues, au service public...

Il frappe sans prévenir et détruit toute estime de soi. Il conduit à un laisser aller et à une lassitude profonde quant à l'utilité de son travail, au sens de sa fonction et de son action. Les effets sont dévastateurs.

Vous vous en doutez c'est le burn-out ou l'épuisement professionnel.

Une maladie qui se répand largement et fait l'objet de mises en garde et d'études de la part du Ministère du Travail et de l'Institut National de Recherche et de Sécurité.

Cette maladie présente trois aspects :

1. le sentiment de non-accomplissement personnel au travail :
 - a) sentiment de ne pas parvenir à répondre correctement aux attentes de l'entourage ;
 - b) dépréciation de ses résultats ;
 - c) sentiment de gâchis ;
2. l'épuisement émotionnel :
 - a) sentiment d'être vidé de ses ressources émotionnelles ;
 - b) lorsque vous ressentez un écart trop important entre les attentes professionnelles, la représentation que vous avez de votre travail et la réalité de la situation, vous êtes en situation d'épuisement émotionnel ;
3. la dépersonnalisation ou le cynisme :
 - a) insensibilité au monde environnant ;
 - b) déshumanisation de la relation à l'autre (les usagers, clients ou patients deviennent des objets) ;
 - c) vision négative des autres et du travail.

Différentes études ont spécifiquement permis d'identifier les facteurs de risque suivants :

- Surcharge de travail, pression sur les délais ;
- Faible contrôle sur son travail ;
- Faibles récompenses ;
- Manque d'équité ;
- Conflits de valeurs, demandes contradictoires ;
- Manque de clarté dans les objectifs, les moyens.

L'effet de ces facteurs de risque peut se combiner à la charge émotionnelle inhérente à certaines professions.

Selon l'INRS, « les manifestations de l'épuisement professionnel, plus ou moins aiguës, peuvent être d'ordre :

- *émotionnel (sentiment de vide, d'impuissance, perte de confiance en soi, irritabilité, pessimisme, attitude « bureaucratique »...)* ;
- *cognitif (difficulté de concentration, indécision, difficultés à effectuer des opérations simples, altération de la qualité du travail...)* ;
- *physique (fatigue généralisée, maux de tête, de dos, tensions musculaires, troubles du sommeil...)*
- *interpersonnel et comportemental (repli, isolement, agressivité, impulsivité, baisse de l'empathie, conduites addictives...)* ;
- *motivationnel et attitudinal (attitude négative envers le travail et les gens, désengagement).* »

Pour prévenir l'apparition du phénomène d'épuisement professionnel, l'INRS recommande de veiller à ce que l'organisation du travail et les contraintes qu'elle génère ne surchargent pas les salariés et ne les mettent pas en porte-à-faux vis-à-vis des règles et des valeurs de leur métier.

Alors, si :

- Votre vie professionnelle empiète sur votre temps personnel ;
- Votre sommeil est perturbé. Vous dormez trop. Ou pas assez ;
- Vous êtes constamment fatigué ;

Attention ! Votre santé est en danger, il faut parfois des années pour s'en remettre.

Si vous constatez une dégradation de vos conditions de vie au travail, ne restez pas isolés.

CAP DGFIP est un syndicat de Contrôleurs et d'Agents Publics de la DGFIP. Il ne porte aucune revendication politique.

La CGC Finances Publiques vous informe, sans polémique mais sans compromis.

Elle vous représente, vous soutient et vous défend au mieux de vos intérêts.

Soutenez-la ! Adhérez !

Consultez toutes nos informations sur le site : www.cgc-dgfip.info