

# Le stress

## un poison dans l'entreprise

Le stress est un poison en entreprise, souvent subi par notre lâcheté et notre hypocrisie <sup>(1)</sup>

Mars 28 2012

Thèmes: [Vie économique](#), [Santé & conditions de travail](#), [Rémunération globale](#), [Dialogue social](#), [Temps de travail](#)



**Je suis un ancien athlète de haut niveau.** Le stress était notre pain quotidien avec la recherche de la performance mais au final, nous étions certains que le travail serait récompensé. La jouissance de gagner est la récompense du stress. La compétition ne laisse pas de place au piston, au fayotage ou à la discrimination car c'est le moment de vérité. Tout le contraire du monde de l'entreprise. Le sport provoque un stress choisi, l'entreprise est un stress subi.

Le stress en France est multiple et il ne peut pas être traité de façon monolithique. Le manque de courage et de personnalité d'exprimer son opinion contribue au stress.

- Les tabous à la française et l'hypocrisie sont un bon cocktail pour alimenter la frustration des salariés, qui se transforme en stress. Notre société est étouffée par le politiquement correct, le monde de l'entreprise n'étant qu'un reflet de notre culture.
- Les cadres ne peuvent pas dire à leur subalterne de façon directe leur mécontentement et préfèrent employer des moyens dérivés comme « vous avez des points à améliorer » au lieu de dire « c'est mauvais ».
- Par cette méthode, le salarié ne perçoit pas directement le mécontentement car à force de tourner autour du pot, le message ne passe pas. Il vit comme une injustice lorsqu'il est laissé pour compte lors des promotions et des augmentations.

Il se dit « je ne comprends pas : on ne m'a rien reproché et je n'ai rien obtenu ».

Il va chercher pourquoi il a subi une discrimination et cela va engendrer du stress.

(1) Article publié dans *Miroir Social*

## Autocensure

Les cadres souffrent de l'autocensure, en refusant d'exprimer leurs points de vue lors des réunions : **la peur d'être considérés comme des grandes gueules.**

Les entreprises ne supportent pas ceux qui contredisent et elles **préfèrent les moutons** qui font ce que l'on leur demande.



La France est le pays où l'on adore faire des **réunions ascétisées** mais qui ne **servent finalement à rien**, sauf à provoquer le stress de s'être retenu de prendre la parole.

On doit **libérer la parole dans les entreprises** sans considérer **quelqu'un qui émet opinions ou propositions comme un agitateur ou un emmerdeur.**

La volonté de montrer à son chef que l'on vit pour son travail au lieu de travailler pour vivre est un autre facteur de stress.

Les ordinateurs portables avec internet ont permis de supprimer les secrétaires des cadres, qui croulent sous les démarches administratives et les échanges.

Les salariés sont en concurrence, avec celui qui va montrer à son chef qui travaille tard en envoyant un mail à 22h00 avec copie aux collègues.

Ceux qui souhaitent couper avec le travail se sentent obligés d'en faire autant pour être bien vus, au détriment de leur vie de famille et en refusant de décrocher.



Les femmes qui ont des enfants souffrent du stress en ne pouvant pas rivaliser avec les hommes sans charge de famille, sans vie privée et qui travaillent comme des névrosés.

Stress d'être mal vu, d'être jugé sur le volume d'heures et pas sur la qualité.

Le stress est aussi lié au manque d'humilité et à un complexe de supériorité en ne comprenant pas pourquoi un collègue a obtenu une promotion alors qu'on s'estime meilleur que lui.

Enfin, la politique de productivité depuis les 35 heures a amené les entreprises à demander plus de travail pour compenser la baisse du temps de travail, plaçant la France au premier rang des salariés les plus productifs à l'heure du monde.