

SOUFFRANCE AU TRAVAIL

EXEMPLES DE CONSULTATIONS ET REPONSES

Mon chef m'oblige à falsifier mes résultats et me pousse vers la porte

Je suis récemment tombée sur des emails que mon chef envoyait à son n+1, me désignant comme 'une forte tête non adaptée à son travail'. Il me reprochait de ne pas avoir la culture de la maison, mon personnalisme, etc.. J'ai été choquée de tels propos qu'il ne m'a jamais dits en face ! J'ai 20 ans dans le métier et je suis responsable du secteur commercial du sud-est de la France. J'ai toujours été réglo, mais ce qu'il me demande est tout simplement malhonnête ! Il voudrait que je falsifie à la baisse les résultats 2009 et 2010 pour conserver des avantages antérieurs. Pour cela il compte sur ma 'collaboration'. Sinon je suis selon lui une 'forte tête'...

Mais je ne peux pas rendre de tels chiffres en face des collaborateurs de mon secteur. Ils se sont démenés pendant ces dernières années pour s'établir dans une zone géographique difficile qu'on m'a confiée. Je suis connu auprès d'eux pour être réglo et droite. Aujourd'hui ils ne comprendraient pas que je magouille même pour de bonnes raisons de gestion.

Je sais que je ne fais pas le jeu de ma hiérarchie, mais j'ai le soutien de ma D.R.H., et si je ne suis pas encore virée, c'est du à mon statut de D.P.. Je ne me fais aucune illusion. Je suis arrêtée depuis deux mois, mais j'ai demandé à revenir dans ma fonction au plus tôt car je sais que mon chef a laissé tous mes dossiers en souffrance, ils s'empilent il va m'en tenir rigueur si les contrats importants ne sont pas honorés.

Je suis donc coincée entre ma conscience professionnelle- que tout le monde reconnaît par ailleurs- et mon dégoût de retravailler avec de tels personnages. Je prends des antidépresseurs, mais un conseil serait le bienvenu pour savoir si je prends la bonne décision en revenant dans mon poste. Merci d'avance.

Réponse d'Aide Psy

Votre situation est typique d'un conflit larvé dans le cadre d'un service, aussi il est possible que vous serviez de test dans le cadre d'un tel conflit. Pourtant votre résistance vous coûte beaucoup sur le plan personnel et l'image professionnelle qu'on vous renvoie.

Avant de prendre une telle décision il serait sans doute utile de prendre une certaine distance pour connaître l'enjeu qui se cache derrière une telle situation. Quelle est la politique commerciale de votre entreprise, et quels objectifs sont poursuivis ? Quelle

position officielle adopte votre DRH, dans votre opposition à votre hiérarchie ? Quelle est la nature du soutien qu'elle vous accorde, informel ou pas ?

Il est aussi difficile pour vous de renoncer à votre éthique personnelle dans un tel contexte, qui semble un de vos points forts. La dépression que vous traversez vaudrait que vous consultiez *pour vous-même, même si vous ne vous sentez pas à l'origine du problème soulevé*. Bien que très responsable, et investie d'une autorité qui n'a jamais été mise en cause, vous êtes moins forte que vous ne le pensez. Ce qui est le cas de chacun. Prenez donc un moment pour faire le point sur votre parcours. Mais également simplement sur vous-même. Apprenez pour le moment à simplement « lâcher prise ». Les dossiers en souffrance relèvent plus de l'entreprise et de son malaise que de vous-même ! Personne ne vous reprochera de faire un break salutaire. Avec le temps vous apprendrez sans doute que le ver est dans le fruit et le conflit, dont vous faites les frais aujourd'hui, se fera jour. Patientez donc si votre conscience vous l'autorise ! Et allez discuter de vous avec un tiers. Vous verrez que la démarche portera ses fruits pour l'avenir.



Je suis épuisé par la multiplication des activités et sans valorisation pro.

Je suis consultant dans une agence de déploiement informatique en direction des entreprises, dans laquelle je travaille depuis 8 ans. Je suis chef de projet et je dois former de nouveaux consultants collaborateurs. Le problème est que je suis épuisé car je suis surchargé de projets que je ne peux pas encore déléguer aux nouveaux arrivés, et que je dois tout faire auprès des clients, et finalement, cerise sur le gâteau, chargé de leur propre formation. J'ai l'impression que je dois faire deux journées en une seule, avec de multiples casquettes.

Le pis est que le directeur ne réalise pas du tout l'importance de la charge de travail qui est la mienne ! Pire encore étant commercial de base, il conclut des contrats dans lesquels il s'engage à réaliser le travail en un temps record, pour enlever les marchés, sans me consulter sur le plan de la faisabilité. Seule la rentabilité compte à ses yeux. Je dois ensuite gérer sur le terrain des problèmes impossibles dans des délais ridicules. La quadrature du cercle ! Je ne suis pas certain que les deux nouveaux

collègues réunis puissent réaliser ces projets dans de tels délais...Je suis devenu indispensable mais esclave.

Pour conclure le tout, je ne souhaite pas poursuivre mon job dans ce secteur mais faire un master de DRH. J'ai donc pris des engagements universitaires et assumer des groupes de travail en fac. J'y passe parfois des nuits, au grand dam de l'amie avec qui je vis et qui compatit jusqu'ici. Je tiens en me disant que plus vite j'obtiendrai ce diplôme, plus rapidement je pourrais donner ma dem et être soulagé de cette galère.

J'ai de gros coups de vague à l'âme et de fatigue, et mon médecin me dit que je fais de l'épuisement professionnel. Comment faire autrement que de mener à bien ces trois fronts ? L'épuisement peut-il se soigner ?

Réponse d'Aide Psy

Vous êtes effectivement dans une situation dite de 'burn-out', situation qui se maintient vaille que vaille. Mais aussi un peu dans une illusion que la situation de toute-puissance dans laquelle vous vous maintenez peut durer aussi longtemps que vous le souhaitez. Vous ne risquez rien de moins que de craquer sur un mode dépressif sévère. Et votre 'vague à l'âme' en est un signe certain.

Dites-vous bien que votre hiérarchie est tout à fait consciente de votre valeur et qu'elle prévoit probablement votre départ prochain. Aussi elle fait durer votre activité en termes de pure rentabilité, sachant que vous êtes doté d'une conscience professionnelle infinie. Pourquoi ferait-elle autrement alors qu'elle ne connaît pas vos contraintes? Le feriez-vous à sa place ?

Attention donc à ne pas craquer, car si vous impulsez la formation de vos collaborateurs, sachez que transmettre et former demandent énormément d'énergie supplémentaire par rapport à un travail technique. Demandez-vous aussi en quoi ce rôle de formateur de vos collaborateurs s'inscrit dans un plan de développement de votre service. Demandez-vous surtout quelle est *l'image de vous-même que vous avez développée, au point de ne rien demander en retour en termes d'aménagement de votre fonction ?* Fonction qui nécessairement a évolué pendant ces huit dernières années. Votre rapport au travail est très culpabilisé, et des conseils d'ordre psychologique vous seraient nécessaires dans cette perspective.

Voilà en résumé, pensez à préserver votre capital équilibre psychologique, car ensuite quand on craque c'est plus difficile de le retrouver tel qu'il était avant. Pensez donc urgemment à vous. Personne ne le fera à votre place !



Mon autorité a été remise en cause par des collaboratrices. Surprise.

J'ai été surprise de voir combien des collaboratrices faisaient des rapports dans mon dos alors que, comme directrice d'une école de travailleurs sociaux, nous avons toujours bien collaboré à la mise en place des plans annuels de formation des stagiaires et lors de leurs évaluations régulières. Je suis toujours à l'écoute des revendications des unes et des autres, et je ne crois pas être autoritaire avec elles. Aussi je ne n'ai pas compris pourquoi en réponse à cette transparence, ces formatrices sont passées à l'acte en 'oubliant' de corriger des examens récemment et *surtout en me le cachant* jusque je m'en sois aperçu tardivement.

J'ajoute que j'ai moi-même été formatrice dans cette école pendant près de 12 ans, puis directrice adjointe, avant de prendre cette responsabilité ; je connais bien leurs obligations et leurs difficultés. Pourquoi ne se sont-elles pas confiées à moi ? Pourquoi tant de méfiance à mon égard ?

J'avoue que je suis très étonnée et que je finis par conclure qu'elles sont irresponsables par nature...Ce sont sans doute des gamines qui s'ignorent ? Merci pour votre conseil que j'attends avec impatience.

Réponse d'Aide Psy

Vous êtes à juste titre surprise par ces conduites inattendues de la part de collaboratrices que vous connaissez depuis longtemps. Si j'ai bien compris vous avez été en fonction de formatrice vous-même avant d'être promue à cette fonction de directrice. Votre fonction de directrice vous a placé dès lors dans une position de hiérarchie qu'il vous faut hélas assurer désormais en assumant les conflits potentiels qu'elle implique parfois, voire souvent. Hors l'attitude de conciliation et d'autorité transparente que vous prônez, ne vous prédispose pas à assumer les aspects conflictuels que cette fonction implique. En parler avec un professionnel vous apportera des éléments personnels significatifs pour mener à bien votre nouvelle fonction.

Demandez-vous notamment pourquoi dans une telle situation les choses vous sont cachées, et les raisons pour lesquelles les conduites déviantes de vos collaboratrices ne peuvent se dire au grand jour. Etes-vous prête à les entendre en termes conflictuels, et pas seulement en termes de bonne volonté de votre part ?

Une consultation psychologique vous permettrait de mettre à jour vos difficultés à conflictualiser les positions de chacun et pouvoir ainsi *poser sur la table des données qui vous sont dissimulées*.

En termes d'autorité l'image que l'on a de soi n'est pas suffisante pour dépasser une situation difficile. Les gens demandent souvent à identifier en face d'eux-mêmes une *autorité clairement définie*, et moins une personne souhaitant tout pacifier, pacification vécue comme une annulation, voire une manipulation des positions de chacun. Dure donc que votre fonction quand on veut être 'gentil' à tout prix.

