



LES NOUVELLES CULTURES DU TRAVAIL SONT-ELLES FAVORABLES À LA SANTÉ?

La digitalisation nuit-elle au travail et à la santé? À ce jour, nous ne disposons pas encore d'indications claires à ce sujet. Afin de protéger la santé des employé-e-s dans un environnement virtuel, **Promotion Santé** Suisse a développé un concept avec cinq champs d'action.

Texte: Eric Bürki



«La place de travail digitale te rend malade». Voici le titre provocateur trouvé par le journaliste David Marchese pour son article sur les nouvelles manières de travailler, publié en janvier 2023 dans le New York Times Magazine.

On peut effectivement se poser la question si l'évolution du monde du travail 4.0 se fait au détriment de la santé, de la satisfaction et de l'efficacité des employé-e-s. La littérature scientifique ne fournit pas encore de réponses ou d'éléments solides pour appréhender la gestion de la santé au travail (GSE) dans le monde du travail 4.0 ou le New Work, pour reprendre les termes prometteurs utilisés par de nombreux consultant-e-s ou conférencier-e-s (source: iga. Report 44, 2021).

Tout le monde s'accorde cependant à dire que le monde du travail traverse d'énormes changements. La tertiarisation de l'économie suisse s'accélère. Les services formeront bientôt 100% de son tissu économique. La virtualisation et la digitalisation (même dans l'artisanat), mais également la pénurie de main d'œuvre qualifiée, avec ses attentes bien plus élevées en termes de flexibilité et d'auto-réalisation au travail, en sont les facteurs principaux.

30% des actifs stressés

La forte augmentation du nombre d'arrêts de travail liés à des problématiques psychiques, même chez les très jeunes professionnels, est une autre nouveauté. Près de 30 pour cent de la population active se plaint de stress aigu (source: **Promotion Santé** Suisse, **Job Stress Index** 2022). L'AI (assurance invalidité) confirme cette tendance: une rente sur deux est versée pour des problèmes psychiques. Tendances à la hausse. Les conséquences économiques pour les entreprises et les assurances sociales sont connues.

Outre la question de l'impact de la digitalisation sur notre santé, il est ainsi important de se demander quelles sont les approches et les mesures de prévention 4.0 qui permettent de soutenir l'efficacité et la résilience des individus. Sur demande du conseil consultatif «Friendly

travers d'habitudes saines devient de plus en plus central. Cela est lié aux hiérarchies qui s'aplatissent, aux espaces de travail qui évoluent et au fait que les nouvelles structures organisationnelles mettent l'humain, avec ses compétences et ses affinités, au centre. La gestion constructive des tensions et des conflits joue également un rôle croissant, puisque ces situations surviennent de manière moins contrôlée dans les organisations horizontales. Une entreprise devrait ainsi former et accompagner proactivement ses employé-e-s, cadres et équipes de projet. De plus, il s'agit de vérifier régulièrement que les collaboratrices et les collaborateurs disposent des compétences, des outils et du soutien social nécessaires à l'accomplissement optimal de leurs tâches. En effet, selon les entreprises, un descriptif de poste peut varier considérablement en une année.

Mix d'offres digitales

Pour terminer, le coronavirus a servi d'exemple: le mélange d'offres digitales pour la santé et de contact direct restera un facteur de succès de la prévention 4.0. Pour la majorité, un rendez-vous virtuel avec l'équipe autour d'un latte macchiato s'avère tout aussi excitant qu'une sortie de ski en salle à Dubaï. L'humain est et demeure un animal social.

L'auteur de l'article du New York Times Magazine cité au début, plaide par ailleurs pour une «slow Productivity», afin de maintenir la satisfaction au poste de travail digital: accomplis moins de choses, mais avec dévouement.

“
La gestion constructive des conflits joue un rôle de plus en plus important, car l'escalade est moins contrôlée dans les hiérarchies plates.

Work Space», **Promotion Santé** Suisse a lancé un grand projet avec cinq champs d'action et des outils, à disposition des cadres ou responsables RH des PME, pour renforcer la santé de leur personnel.

Autogérer sa propre santé

Les nouvelles connaissances indiquent également que l'autogestion de sa propre santé au