



Le groupe de parole Souffrance au travail

Les consultations de médecine générale sont souvent le lieu où s'expriment des plaintes liées à une souffrance dans le

cadre professionnel. Actuellement, 95 % des personnes qui passent par le groupe Souffrances au travail de l'Association

Santé Charonne viennent sur les conseils des médecins du cabinet médical. L'analyse de leurs situations professionnelles permet de remonter à la cause principale de manifestations somatiques : l'organisation du travail.

La souffrance au travail est un mécanisme d'autodestruction qui se met insidieusement en place, à l'insu du salarié. Que l'attaque soit brutale ou progressive, qu'elle provoque une sidération ou un lent grignotage de soi, elle conduit toujours le salarié à la perte de l'estime de soi, perte de l'énergie, perte de ses moyens intellectuels et à l'isolement. Ce processus est mortifère et va dans le sens de la destruction des liens sociaux, amicaux et familiaux. Ne pas s'enfermer dans cet isolement est ce que propose groupe de paroles : **Être écouté et cru, s'apercevoir que l'on n'est pas seul** à souffrir dans son coin, **écouter le récit des autres** avec attention, **se poser et déposer un peu de sa souffrance** au travail en dehors de l'entreprise, dans **un lieu neutre et protégé par le secret, soulage et reconforte** car **aide à prendre du recul** et à analyser ce qui se passe.

Nos objectifs sont :

Offrir à des personnes confrontées à des difficultés importantes dans leur situation de travail, **une écoute collective**.

- Leur permettre une **analyse** de leur situation professionnelle en dehors du lieu de l'entreprise.
- Donner **une information juridique personnalisée**.

Les aider pour élaborer une stratégie d'actions afin de **modifier ou de sortir de cette situation** délétère pour leur santé.

Le groupe de parole « Souffrances au Travail » n'est pas un groupe de recueil de plaintes, mais un petit collectif qui analyse et s'interroge afin de permettre à chacun, dans l'écoute et dans l'échange, de voir un peu mieux ce qu'il en est pour lui même. Ce groupe propose une reprise en main de sa santé.. **Le groupe se réunit une fois par mois**. Il est en moyenne composé par 5 ou 6 participants. Chaque participant s'engage à revenir au moins deux fois, cela permet un suivi de la situation mais surtout permet au groupe de fonctionner comme groupe pour les personnes nouvelles qui arrivent. Les séances durent entre 2h30 et 3h. **Il est animé par une spécialiste des analyses de pratiques professionnelles et un juriste, spécialiste du droit du travail, tous deux sont bénévoles.**



Pour en savoir plus :

www.association-sante-charonne.org