

Le "Bore Out"

Ou

Quand l'ennui du travail rend malade



Le bore out, ou quand l'ennui du travail rend malade

On connaissait le Burn Out, l'épuisement des travailleurs débordés. Mais on parle de plus en plus du "Bore Out", un syndrome très sérieux qui touche ceux qui n'ont pas assez de travail ou un travail inintéressant.

Ça n'est pas très politiquement correct dans un pays qui compte 3,5 millions de chômeurs, mais une nouvelle "maladie" inquiète les professionnels de la prévention des risques au travail. Il s'agit du Bore Out. Bore comme ennui en anglais. Le syndrome d'épuisement professionnel par l'ennui commence à faire parler de lui. Et il arrive au premier plan en même temps que son cousin, le Burn Out, explose au grand jour.

Ne souriez pas : selon les spécialistes qui l'ont étudié, notamment dans le journal d'épidémiologie d'Oxford, il multiplierait par trois le risque de maladies cardio-vasculaires chez ceux qui y sont exposés. Il serait la source de dépressions, d'une fatigue importante, et d'une perte d'estime de soi. Bref, une vraie sale pathologie qui toucherait les personnes privées de tâches en quantité suffisante... ou d'un intérêt suffisant.

Le travailleur est parfois surqualifié pour un poste

Ce sont le secteur tertiaire et la fonction publique qui seraient les premiers concernés. Pas parce que ces salariés y seraient particulièrement fainéants. Mais par exemple parce que les activités nobles ont été confisquées par certains salariés. Ou parce que le travailleur est surqualifié pour le poste. A cause encore d'une mise au placard. Ou bien parce que le travail lui-même est dépourvu d'intérêt. Le travailleur se réfugie alors dans une stratégie d'étirement des tâches, ou de simulacre d'investissement, pour donner le change. Une routine qui pourrait donc avoir des conséquences sur la santé qui ne sont pas à prendre à la légère.