

Télétravail : une majorité d'appels de détresse de jeunes femmes seules

Les jeunes femmes vivant seules représentent la majorité des appels de détresse au numéro vert créé par le ministère du Travail. Nous avons interrogé les psychologues de la cellule d'écoute.

CHARLOTTE ROBINET

LES SALARIÉS qui souffrent du télétravail vont devoir prendre leur mal en patience. Si la reprise de l'activité se prépare dans les commerces et les restaurants, le distanciel reste la règle dans les entreprises qui peuvent le mettre en place, jusqu'au 9 juin... au moins. Selon une étude menée par l'institut Harris en avril, le travail à domicile contraint est une source d'anxiété pour un tiers (34 %) des personnes concernées.

C'est pour les aider à mieux vivre cette période que le ministère du Travail avait mis en place, en novembre dernier, un numéro vert gratuit (0.800.130.000). Au bout du fil, les psychologues du cabinet Acca – sélectionné sur appel d'offres – se relaient pour écouter 24 heures sur 24 les salariés de petites et moyennes entreprises pour qui le travail à distance est un poids.

Une dizaine d'appels par jour en moyenne

Depuis janvier 2021, « plusieurs centaines d'appels ont été enregistrés », indique le ministère. « En moyenne, nous en recevons une dizaine par jour », précise le cabinet Acca. Un chiffre loin de refléter la réalité des détresses psychologiques selon Isabelle, responsable de la cellule d'écoute. « Passer le cap de

demander de l'aide est une démarche difficile », souligne la psychologue. Par ailleurs, de nombreuses entreprises ont mis en place leurs propres plates-formes de soutien, laissant la possibilité aux employés de s'exprimer de façon confidentielle.

Qui, alors, franchit le pas d'appeler ces professionnels ? Des employés d'Île-de-France, majoritairement. Les habitants de petits logements, exposés au « sentiment d'être prisonnier entre quatre murs », relate Isabelle. Davantage de femmes aussi – 60 % selon les estimations du cabinet. Souvent jeunes, « entre 25 et 35 ans » et en grande majorité, vivant seules. « Elles sont souvent très exigeantes avec elles-mêmes et se surinvestissent dans le travail », analyse Isabelle. « Les femmes avec enfants ne s'autorisent pas à nous appeler, cela ne veut pas dire qu'elles vont mieux. »

Les entretiens font remonter deux types de souffrance : l'isolement et la surcharge de travail. Souvent, les deux se mêlent. Faute de lien social, les télétravailleurs restent connectés à longueur de journée, voire plus. « Ils s'interdisent de se mettre un cadre, décrypte Sandra, une autre psychologue du cabinet Acca. Beaucoup souffrent de manque de sommeil et adoptent des horaires décalés. » Autant de facteurs qui



Depuis janvier, les femmes souvent jeunes, entre 25 et 35 ans, et vivant seules sont les plus nombreuses à appeler le 0.800.130.000 pour évoquer leurs difficultés à exercer en télétravail.

accroisse le risque de « rumination mentale ».

« Je ne peux pas gérer », « j'ai trop de travail », « je ne peux pas prendre de pause » sont les phrases qui reviennent en bouche. « La réunionite aiguë n'arrange rien. Certains interlocuteurs enchaînent les visios de 8 heures à 18 heures. Leur travail de

fond, ils ne peuvent le faire que le soir, constate Isabelle. Ils ont le sentiment que ça ne s'arrête jamais. »

L'importance de règles simples

Pour faire retomber la pression, les spécialistes encouragent les appelants à engager la conversation avec leur ma-

nageur, une démarche qui ne va pas toujours de soi. « Je n'ose pas, j'ai l'impression qu'on ne me fait plus confiance, mon manager ne m'écoute pas... » Sous pression, le salarié a tendance à se replier sur lui-même. « Nous pouvons alors lui proposer un entretien plus approfondi avec un psychologue ou un



La réunionite aiguë n'arrange rien. Certains interlocuteurs enchaînent les visios de 8 heures à 18 heures. Leur travail de fond, ils ne peuvent le faire que le soir.

ISABELLE, RESPONSABLE DE LA CELLULE D'ÉCOUTE

médecin du travail », avance Isabelle. Pour les détresses les plus importantes, un accompagnement en trois rendez-vous est prévu.

Les deux psychologues insistent sur l'importance de respecter des règles simples : « Garder un rythme de travail classique, avec les mêmes horaires qu'au bureau », ou « aménager sa coupure de fin de journée : cela peut passer tout simplement par le fait de ranger son ordinateur dans sa housse », observe Sandra. « Et surtout, nous insistons sur le fait que ce sont eux les acteurs de leur santé mentale : oui, les salariés ont le droit de s'octroyer des pauses, d'aller marcher, de s'aérer. » Déconnecter et... déculpabiliser en attendant de retrouver le lien avec l'entreprise qui fait tellement défaut.

La réforme de l'assurance chômage a du plomb dans l'aile

Le projet de décret rectificatif du gouvernement présenté mercredi est déjà contesté. Selon une note de l'Unédic, la mesure visant à ne pas pénaliser certains chômeurs serait illégale.

CATHERINE GASTÉ

ET SI LA SOLUTION trouvée par le gouvernement pour corriger sa copie sur l'assurance chômage était illégale ? Consultée sur le projet de décret rectificatif, l'Unédic, qui a la gestion de l'assurance chômage, sème le trouble. L'organisme, où siègent les syndicats et le patronat, émet de sérieux doutes sur la mesure censée calmer la fronde contre la réforme. Pour rappel, avec les nouvelles règles de calcul de l'allocation-chômage, certains demandeurs d'emploi risquent potentiellement de per-

dre un tiers de leur allocation. Sauf que, selon cette note de l'Unédic, la solution trouvée par les services d'Élisabeth Borne serait bancale juridiquement. Pire, elle irait à l'encontre du Code du travail.

Guerre des nerfs

Sur le papier, l'idée trouvée par le ministère du Travail est relativement simple. Pour éviter que les personnes ayant eu des périodes de congé maternité ou paternité, de congé maladie et d'activité partielle voient leur allocation amputée jusqu'à un tiers à cause des nouvelles modalités de calcul du salaire jour-

nalier de référence (SJR) introduites par la réforme prévue au 1^{er} juillet prochain, il s'agit de reconstituer un « salaire fictif », selon les termes du décret. Autrement dit, de faire comme si la rémunération perçue par le salarié pendant cette période d'inactivité était à son niveau normal. L'objectif étant de compenser fictivement la baisse induite par ces périodes d'inactivité durant lesquelles on cotise moins au chômage, donc on a moins de droits.

Ce « salaire fictif » serait ensuite intégré dans le calcul du salaire journalier de référence qui sert de base au cal-

cul de l'allocation-chômage. Pour procéder à cette reconstitution, l'allocataire devra être en mesure de transmettre des pièces justifiant de ses périodes de chômage partiel, d'arrêt maladie ou de congé maternité, paternité, ou d'adoption.

L'avis du Conseil d'État est attendu

Mais voilà, patatras. Dans sa note, l'Unédic lève un lièvre. Le Code du travail prévoit que l'allocation-chômage soit établie sur la base des rémunérations réellement perçues par le demandeur d'emploi. Autrement dit, le salaire fictif

prévu par le ministère du Travail risque bien d'être contraire à cette disposition légale. Un point que le Conseil d'État – dont l'avis est attendu – pourrait retenir, ce qui donnerait alors le coup de grâce à cette partie de la réforme.

Ce énième rebondissement illustre la guerre des nerfs entre le gouvernement et les syndicats qui réclament le retrait de la réforme. « Ça torpille à vue ! » fustige une source gouvernementale, qui enrage de voir « qu'une mesure améliorant la situation de certains chômeurs est dégoûtée à peine annoncée ». Le ministère du Travail

n'a pas souhaité faire de commentaire. Pour le syndicat Force ouvrière, cette nouvelle mouture s'apparente à du bricolage. « Reconstituer les salaires sera une source d'erreurs et créera une différence de traitement entre les chômeurs », résume Michel Beaugas, secrétaire confédéral de Force ouvrière. Le syndicat doit d'ailleurs déposer un recours au Conseil d'État lundi ou mardi sur l'ensemble de la réforme et, s'il le faut, sur ce point particulier. Les autres syndicats promettent toujours de le faire. Ils ont jusqu'à la fin de la semaine prochaine, date limite.