



# TÉLÉTRAVAIL ET DÉCONNEXION

## Effets pervers et inquiétudes

EN version will follow !!

Bruxelles, le 16 octobre 2020

Suite à la situation sanitaire liée au COVID, le télétravail est devenu permanent, voire structurel. Cette situation présente des aspects positifs et a démontré que la continuité du service est assurée.

Néanmoins l'**Union Syndicale** s'inquiète également des aspects négatifs car le télétravail expose les collègues à une stimulation constante qui peut se révéler non seulement addictive, mais aussi épuisante. Les implications résultant de l'utilisation à outrance des moyens télématiques et de la distanciation des collègues sur le bien-être du personnel (stress, anxiété, insomnie, dépression, etc.) ne sont pas encore entièrement comprises.

La connexion en permanence au travail via des appareils mobiles, des courriels ou d'autres formats numériques, peut affecter le bien-être du personnel et la qualité de son travail. Les réunions physiques ont été remplacés par des téléconférence dans lesquelles les participants ne se voient plus les uns les autres. Ceci a généré le phénomène du « team-out » qui, tout comme le burn-out provoque l'éloignement et la perte de connexions et de relations avec l'équipe en travaillant de façon prolongée à la maison. Les problèmes sur la santé physique ou mentale, par manque de contact direct relationnels avec ses collègues et de discussions sur le travail ou des projets, ne sont pas encore connus.

En outre, certaines DG et services exigent parfois des collègues qu'ils soient accessibles à tout moment, y compris le soir, les week-ends et les jours fériés. Cette situation, contraire à tous les principes de conciliation de la vie privée et professionnelle, ne permettant pas de se désengager complètement du travail et génère le sentiment d'être constamment suivi et contrôlé. Ce phénomène, déjà amorcé depuis quelques temps, s'est trouvé amplifié par le télétravail, jusqu'à frôler, dans certains cas, le harcèlement.

Cet ensemble d'éléments, combinés avec la mise en place des mesures gouvernementales pour freiner la propagation du Coronavirus, telles que la réduction des déplacements et des contacts sociaux, est un cocktail explosif qui risque de faire beaucoup de dégâts au sein du personnel expatrié des institutions européennes.

Les effets néfastes de cette situation se manifestent déjà sous forme d'un stress accru et une baisse de motivation généralisées. Pour les femmes, la situation est plus sensible car elles peuvent rencontrer une fatigue accrue et éprouver des difficultés à combiner emploi et les charges familiales. Pour elles, le télétravail s'est révélé « un privilège handicapant » car, comme le démontrent de récentes études, le temps libéré par la réduction du temps de travail salarié traduit, pour certaines, une augmentation du temps de travail non salarié. "

L'**Union Syndicale** invite la HR à s'attaquer à cette question en vue de négocier des mesures visant à protéger la vie privée et les acquis du personnel du personnel, notamment par exemple:

- en organisant des tables rondes avec le personnel, les spécialistes de la santé mentale, les représentants du personnel et l'administration afin d'identifier ensemble les problèmes clés et les solutions possibles ;
- en examinant les meilleures pratiques mises en place dans les entreprises privées et/ou publiques, par des conventions collectives ou des mesures législatives ;
- en rédigeant un code de conduite ou des lignes directrices à destination des gestionnaires hiérarchiques et du personnel sur l'utilisation des technologies numériques et les mesures de protection appropriées pour leurs utilisateurs.

**Le Comité exécutif  
Union Syndicale Bruxelles**

**Partageons l'expérience, construisons la solidarité. Rejoignez l'Union Syndicale.  
Pour adhérer à l'Union Syndicale Bruxelles,  
Faites un simple renvoi avec la mention  
"Je veux adhérer"**

# UNION SYNDICALE BRUXELLES



# WEB FACEBOOK EMAIL

US BXL: J-70 Bloc C, (01/102) +32 2 29 60770