

Comprendre le stress au travail

Understand stress at work

Tillou Lallouna

Ecole Supérieure de la Sécurité Sociale, tilloulalloun@yahoo.fr

Reçu: 31/ 12/2022

Accepté: 14 /01 / 2023

Publié le 17 /01 / 2023

Résumé:

L'objectif de cet article est d'analyser théoriquement le stress au travail dans une approche organisationnelle marquée par l'évolution extraordinaire des contraintes environnementales professionnelles d'où émane le stress qui représente un paramètre parmi d'autre de souffrance pathologique physiques et psychologique, du fait qu'il affecte l'état du bien être du salarié, d'où sa qualification dans l'ère de la mondialisation de maladie du siècle et cancer du siècle.

Notre contribution s'inscrit dans l'objectif de comprendre et démontrer le risque de développement des problèmes de santé liés au stress à travers ses effets et conséquences organiques et psychologiques .

Mots clés :

Stress- travail- stress au travail-santé -bien être-performance

Abstract:

The objective of this article is to theoretically analyze stress at work in an organizational approach marked by the extraordinary evolution of professional environmental constraints from which stress emanates, which represents one parameter among others of physical and psychological pathological suffering, because it affects the state of well-being of the employee, hence its qualification in the era of globalization as the disease of the century and the cancer of the century.

Our contribution is part of the objective of demonstrating the risk of development of stress-related health problems through its organic and psychological effects and consequences, since it is a growing public health problem.

Key words:

Stress, work-stress at work-health-well-being-performance

1. INTRODUCTION

Des recherches ont démontré que nous passons 60% de notre vie à travailler et 30% de notre vie à dormir, ainsi le travail domine plus notre temps et notre vie. Georges Friedmann précise que le travail est considéré comme un trait spécifique de l'espèce humaine, «(Friedmann et Navil, 2006). Il est ainsi un dénominateur commun et une condition de toute vie humaine en société. C'est une activité humaine et sociale nécessaire pour la survie de l'individu et pour son épanouissement. Toutefois il n'est pas toujours favorable pour l'être humain, il peut être une source d'épanouissement et d'équilibre quand les conditions organisationnelles et le cadre de travail sont agréables, comme il peut devenir une source d'inconfort et de mal être quand les conditions de travail sont défavorables et ne répondent pas aux besoins psychologiques, physiologiques et sociaux du salarié. Des statistiques internationales ont démontré qu'en Europe plus d'un salarié européen sur cinq déclare souffrir de troubles de santé liés au stress du travail.

(<http://www.inrs.fr/accueil/risques/psychosociaux/stress.html>).

En 1993 le Bureau International du Travail (BIT) déclare le stress comme l'un des plus graves problèmes de santé de notre temps. Le stress, l'harcèlement moral et le burn out sont de plus en plus souvent invoqués comme facteurs de risques des problèmes de la santé.(Jean-Pierre Olié, Patrick Légeron,2016).

Selon « l'américain Institute of stress », le stress est à l'origine de 75 à 90 % des consultations médicales et de 60 à 80 % des accidents de travail. Les coûts du stress se manifestent sous forme d'absentéisme, de perte de productivité, de frais médicaux.(Boulkroune Nora,2008,p48).

Ce qui nous a conduit à appréhender la thématique du stress au travail à travers une présentation théorique découlant d'une revue de littérature qui dans une première partie s'est basée sur les définitions du concept stress , ensuite nous avons présenté un aperçu général sur l'historique de l'apparition du stress pour aborder dans une seconde partie le stress au travail, ensuite les modèles du stress pour parler du stress positif ou stress négatif et entamer le stress au travail en Algérie et le stress et performance au travail, dans la même trajectoire nous avons notamment parlé de la non reconnaissance du stress comme maladie professionnelle pour étaler par la suite un point important qui est les sources du stress au travail et son impact sur le salarié pour citer les conséquences du stress au travail sur le plan organisationnel, ensuite sur le plan psychologique et sur le plan physique et finir par une conclusion .

2. Histoire du stress

Pendant et après la première et la deuxième guerre mondiale, le stress a connu un intérêt de la part des médecins et chercheurs, en 1914, Cannon utilisait le mot

stress dans un sens physiologique, et en 1928 dans un sens psychologique. « Le stress correspond à des stimuli aussi bien physiques qu'émotionnels, en rapport avec l'organisation sociale et industrielle ».

Le concept stress de la notion d'homéostasie proposée par Walter Cannon en continuité avec celle de « fixité du milieu intérieur » développé auparavant par Claude Bernard vers 1850 fut repris par Hans Selye (1907-1982), qui à travers ses travaux et recherches a introduit le concept stress dont l'origine est anglaise, dérive de la mécanique et veut dire contrainte, charge, est utilisé d'une manière inconsidérée, et le flou lexical et sémantique est dû à H. Selye lui-même. En toute rigueur, « stress » est le « stresseur » (facteur de stress), et « strain » qui se traduit par surmenage et fatigue, le processus qui survient en réponse au stress. Il faut donc distinguer, pour le moins, « stresseur » et « stress » si ce dernier garde à tort le sens que lui a donné Selye : la conséquence biologique.(Marie-Pierre Moisan, 2012).

Les observations et constats de Hans Selye lui ont permis de découvrir le « syndrome général d'adaptation (SGA) », en prenant conscience d'une série de manifestations biologiques réalisant un syndrome unique mais pouvant connaître plusieurs causes et qui survient entre 6 et 48 heures après une agression. Il s'étale sur trois phases, dont la première appelée réaction d'alarme, la deuxième appelée phase de résistance, correspondant à une stimulation persistante des fonctions thyroïdiennes et surrénales et la troisième appelée phase d'épuisement, peut survenir après un délai long et variable, en général trois mois, et précède la mort des animaux, avec épuisement des ressources. Pour Hans Selye, la réaction de stress a pour objet de corriger toute rupture d'homéostasie provoquée par un agresseur quelconque. » (DGHT,2006).

« Durant les années soixante, Lazarus (1981) prend conscience de l'importance de l'influence de l'environnement social, comme élément déterminant. Le stress est alors considéré comme le résultat d'une « transaction » entre le sujet et son milieu. Cette notion de transition ouvre des perspectives nouvelles et permet un regard différent sur le stress, qui devient un processus qui au maintien de l'équilibre physiologique dans une société aux exigences de plus en plus contraignantes. »(Boukroune Nora,2008,p50).

3. Définition du stress

La diversité de la littérature et la multiplicité des approches du sujet stress en fait un objet de recherche très appréhendé par les chercheurs particulièrement dans le domaine médical et psychologique d'où la multiplicité de ses définitions.

Selye écrit en 1956, « Le stress est la réponse non spécifique de l'organisme à n'importe quelle demande de l'environnement »(DGHT,2006).

Il le définit notamment comme une « réponse non spécifique de l'organisme face à toute sollicitation». (Selye Hans,1975).

Selon Dr Cédric Lemogne le stress désigne la réaction de l'organisme à toute demande perturbant son équilibre ou homéostasie.

Lazarus en insistant sur la relation entre l'individu et son environnement, il a défini avec Folkman le stress psychologique comme produit d'une transaction entre la personne et son environnement dans laquelle la situation est jugée comme débordant de ses ressources et mettant en danger son bien être (Lazarus et Folkman.1984).

Delay, dans son ouvrage « introduction à la médecine psychosomatique » (p.69) définit le stress comme étant « un état de tension aigu de l'organisme astreint à mobiliser des défenses pour faire face à une situation menaçante. »(Boulkroune Nora,2008,p48p53).

L'accord cadre européen d'octobre 2004, définit le stress comme un état accompagné de plaintes ou dysfonctionnements physiques, psychologiques ou sociaux, et qui résulte du fait que les individus se sentent inaptes à combler un écart avec les exigences ou les attentes les concernant. Le stress n'est pas une maladie mais une exposition prolongée au stress peut réduire l'efficacité au travail et peut causer des problèmes de santé .(Patrick Légeron,2008).

4. Définitions du stress au travail

D'après le The National Institute for Occupational Safety and Health NIOSH, on peut définir le stress au travail comme les réactions physiques et émotionnelles négatives qui se produisent lorsque les exigences au travail ne concordent pas avec les capacités, les moyens ou les besoins du travailleur. Ce stress peut se traduire par des problèmes de santé, voire des accidents.

Selon l'OMS, le stress au travail est l'ensemble des réactions que peuvent avoir des employés lorsqu'ils sont confrontés à des exigences et à des pressions professionnelles qui ne correspondent pas à leurs connaissances ni capacités, entraînant une remise en cause de leur aptitude à pouvoir faire face à ces situations. Le stress peut alors avoir des effets négatifs sur la santé physique et morale d'un employé.

la psychologie de travail définit le travail comme «Effort individuel ou collectif ,physique ou intellectuel, conscient, délibéré , professionnel ou non, dont le but est la concrétisation d'un projet, d'une idée ou d'un produit, et dont la rétribution peut être morale ou matérielle ».

De même, la Convention collective du travail (inspirée de la définition de l'OMS) définit le stress au travail comme “un état perçu comme négatif par un groupe de

travailleurs, qui s'accompagne de plaintes ou de dysfonctionnements au niveau physique et/ou social et qui est la conséquence du fait que les travailleurs ne sont pas en mesure de répondre aux exigences et attentes qui leur sont posées par leur situation de travail". Nous pouvons donc définir le stress lié au travail comme une réaction émotionnelle, cognitive, comportementale et physiologique aux aspects néfastes et négatifs de la nature du travail, de son organisme et de son environnement. Cette réaction, qui peut devenir un état, est caractérisée par des degrés élevés d'éveil et de souffrance et, souvent, par le sentiment de ne pas s'en sortir. Enfin, De Keyser et Hansez envisagent le stress psychologique dans la sphère du travail comme "une réponse du travailleur devant des exigences de la situation pour lesquelles il doute de disposer des ressources nécessaires, et auxquelles il estime devoir faire face". Cette définition, que nous retiendrons dans le contexte de ce manuel, insiste sur l'évaluation subjective des ressources, sur l'implication du travailleur, et sur l'incertitude de l'issue, comportant une probabilité d'échec. Elle est directement liée à la notion de contrôle de l'environnement de travail.

« le terme stress est particulièrement commode pour exprimer de façon synthétique les difficultés, la souffrance au travail et ses conséquences en matière de santé »(Paul Bouffartigue ,2012).

5. Les modèles du stress

Les modèles interactionnistes et transactionnels mettent en évidence que le stress ne dépend pas seulement d'une invasion de forces environnementales hostiles ,mais aussi d'un ensemble de termes liés à la vulnérabilité , aux ressources individuelles ,aux capacités de faire face et aux connaissances.(Laurent Guillet,2012).

5.1. Le modèle de Selye ou la réponse d'adaptation

Inspiré de l'approche biologique, Selye et Laborit furent les pionniers du stress ainsi le modèle de selye est basé sur le concept de l'adaptation en considérant le stress comme une réponse biologique, physiologique , cognitive ou émotionnelle de l'organisme à une demande quelconque face à une situation dont la gestion dépasse les capacités d'adaptation de de l'organisme de l'individu .

5.2. Le modèle Laborit ou l'inhibition de l'action

Il repose sur les connaissances de la biologie ,et es neurosciences dans le stress. Il définit le stress comme réaction assurant la survie de l'organisme face à un danger. Elle se produit lorsque l'individu, face à une situation stressante, ne peut ni lutter ni

fuir, subissant ainsi une « *inhibition de l'action* » aux conséquences potentiellement pathogènes . (Xavier Molénat, 2008)

5.3. Le modèle de Lazarus et Folkman

Le stress est considéré comme une transaction entre la personne et l'environnement dans laquelle la situation est évaluée par l'individu comme débordant ses ressources et menaçant son bien-être .l'individu réagit à la situation en déployant des stratégies d'ajustement ou coping qui désigne l'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux destinés à maîtriser, réduire ou tolérer les exigences internes ou externes qui menacent ou dépassent les ressources d'un individu.(Marcel Lourel, 2006).

6. Stress positif ou stress négatif ?

Il est judicieux de souligner que le stress n'est pas toujours négatif comme la plus part l'imaginent , d'ailleurs certains chercheurs tels que Simon Dolan et André Arsenault estiment qu' il peut être un paramètre stimulant la créativité , et peut être notamment un facteur de réussite et de développement de productivité ou de motivation du salarié quand il est d'intensité réduite. En effet ,dans cette optique Gopal Kanji et Parvesh Chopra parlent de Healthy stress ou stress sain qui s'oppose au unhealthy stress ou stress malsain .On parle notamment de stress chronique lorsque son intensité est assez élevée .

7.Le stress au travail

Dans l'approche de la détresse organisationnelle par Quick et al. (1997), il rappelle que « le stress peut engendrer non seulement des conséquences néfastes sur les individus, mais aussi sur tout le système organisationnel. Ce type de détresse organisationnelle est habituellement exprimé en termes de coûts directs (baisse de la participation, absentéisme, roulement du personnel, grèves, baisse de la performance, accidents de travail, coûts en santé, etc.) et de coûts indirects (perte de vitalité, moins bonne communication, mauvaises prises de décision, diminution de la qualité des relations de travail, violence, etc.). C'est habituellement ce type de manifestations qui incitent les milieux à réagir et à se doter de stratégies d'action en matière de santé psychologique au travail. »(Desjardins,M. 2003).

Pour l'agence européenne de sécurité au travail, « ce risque n'existait pas auparavant. Il est provoqué par de nouveaux processus, de nouvelles technologies, de nouveaux types de lieux de travail et des changements sociaux ou organisationnels ». Pour

Philippe Askenazy, économiste et Directeur de recherches au CNRS, « l'organisation actuelle du travail est caractérisée par une course à l'optimisation et au cumul des contraintes.

Pour National Institute for Occupational Safety and Health, « Le stress au travail est l'ensemble des réactions que les employés peuvent avoir lorsqu'ils sont confrontés à des exigences et à des pressions professionnelles ne correspondant pas à leurs connaissances et à leurs capacités et qui remettent en cause leur aptitude à faire face ». Le milieu de travail joue un rôle majeur dans le stress vécu par les travailleurs, notamment en raison des contraintes qu'il comporte. Le stress au travail est défini comme les réactions physiques et émotives nocives qui se déclenchent lorsque les exigences de l'emploi ne correspondent pas aux capacités, aux ressources et aux besoins du travailleur. (National Institute for Occupational Safety and Health, 1999). C'est une réalité qui est reconnue partout dans le monde comme un grave problème pour la santé physique et mentale des personnes et pour la santé des organisations (OIT,1986). Les travailleurs stressés sont aussi plus susceptibles d'être en mauvaise santé, peu motivés, moins productifs et moins prudents au travail. En outre, leurs organisations sont moins susceptibles de réussir sur un marché compétitif.

Selon certaines estimations, le stress lié au travail coûte à l'économie nationale un montant exorbitant en indemnités pour cause de maladie, en perte de productivité, en soins de santé et en frais de litige (Palmer et autres, 2004).

Des statistiques internationales ont démontré qu'en Europe plus d'un salarié européen sur cinq déclare souffrir de troubles de santé liés au stress du travail. (<http://www.inrs.fr/accueil/risques/psychosociaux/stress.html>).

En France depuis 2008, le stress est considéré comme une affaire nationale, au même titre que la tabagie ou les accidents de la route, d'où le projet d'un « indicateur global » relatif au stress. Cette initiative de Xavier Bertrand fait suite à une série de suicides, dans plusieurs entreprises, et dont l'annonce a été fortement médiatisée. (S R M consulting - 2008) .

8. Le stress au travail en Algérie

Les études autour du stress au travail dans l'environnement professionnel algérien sont un peu rares malgré que le stress au travail est une source de décès , à travers la multiplicité des accidents de travail et des maladies professionnelles très répandues dans le secteur du bâtiment et travaux publics (BTP) où l'on enregistre le taux le plus élevé d'accidents de travail et de maladies professionnelles. D'après les statistiques révélées par un article paru au quotidien l'expression « On estime le nombre des décès annuel causé par les accidents de travail en Algérie entre 750 et 800. Outre le nombre de décès, plus de 50.000 accidents de travail sont enregistrés chaque année dans

plusieurs secteurs d'activités. Le secteur interprofessionnels enregistre, à lui seul, plus de 17.000 cas par an, suivi par la métallurgie (6.000) et le bâtiment (4.000). Selon les mêmes statistiques, les accidents avec arrêt du travail enregistrent une légère baisse de 1,32% entre 1998 à 2005, passant de 29.435 accidents à 29.047 accidents. » (quotidien l'expression,2010).

D'après les statistiques révélées par la Caisse nationale des assurances sociales des travailleurs salariés CNAS Un total de 47.555 accidents de travail, dont 529 mortels ont été déclarés en 2018, Concernant la répartition par secteurs d'activité, un taux de 26% du total des accidents de travail et de 45% des accidents mortels ont été enregistrés dans le secteur des BTP tandis le taux des accidents dans le secteur des services s'élève à 26.8% et de 10% dans la sidérurgie.

En l'an 2021 et en marge de la célébration de la Journée mondiale de la santé et de la sécurité au travail, la Directrice Générale de la Caisse Nationale des Assurances Sociales des Travailleurs Salariés (CNAS), Hind Nessah a enregistré 42.032 accidents de travail, au niveau national, dont 38.225 accidents sur les lieux de travail et 3.807 autres sont des accidents du trajet ». (<https://www.algerie-eco.com/2022/04/28/plus-de-42-000-accidents-de-travail-declares-a-la-cnas-en-2021>).

9.Stress et performance au travail

Selon le Professeur Eric Gosselin, professeur de psychologie du travail au Département de relations industrielles à l'Université du Québec en Outaouais, chercheur à IRSP/GAP-Santé a analysé 52 études, menées entre 1980 et 2006, portant sur la relation entre le stress et performance (1980-2006), il ressort que 75% (39/52) des études confirment une relation inversement proportionnelle entre le stress et la performance, c'est-à-dire que plus le stress augmente, plus la performance diminue. Dans 15% (8/52) des cas, les études n'observent aucune relation entre le stress et la performance.

Dans seulement 10% (5/52) des cas, les études identifient une relation curvilinéaire entre le stress et la performance, c'est-à-dire que la performance augmente avec un peu de stress et diminue s'il y en a trop peu ou trop.

Il s'avère donc que ce qui est affirmé depuis des années n'est vrai que dans 10% des cas. En revanche, on constate que le stress altère d'autant plus la performance qu'il est élevé, dans 75% des cas. (<https://www.stress-info.org/blog/2009/03/25/stress-et-performance/>).

10. Le stress n'est pas reconnu comme maladie professionnelle

« Dans certains pays européens, quelques pathologies psychosociales sont reconnues en tant qu'accidents du travail, en effet les organismes d'assurance accidents du travail, maladies professionnelles prennent en charge les suites psychiques ou psychologiques d'un événement accidentel à condition que l'événement à l'origine du trouble soit de courte durée, survenue à une date certaine, au temps et au lieu de travail et que le trouble apparaisse dans un temps voisin des faits » .(Patrick Légeron, 2008, p 48).

En Algérie le stress n'est pas reconnu comme maladie professionnelle. « le législateur Algérien n'a pas encore catalogué le stress ou les effets du stress comme maladie professionnelle. Selon Dr Fernane-Hanafi pour cet expert, qui exerce à l'EHS psychiatrie ;la loi 83-13 du 2 juillet 1983 considère comme maladies professionnelles les intoxications et affections présumées d'origine professionnelle particulière.. "De même que l'arrêté interministériel du 5 mai 1996 n'a pas pris en considération le stress comme étant une maladie professionnelle. Si le stress n'est pas reconnu comme une maladie professionnelle, cela implique qu'il n'est pas catalogué dans la nomenclature de la Sécurité sociale. (Liberté Edition du Jeudi 06 Avril 2006).

L'étude et l'enquête sur le stress professionnel menée par Mahmoud Boudarène et Chafia Kellou intitulée : stress professionnel enquête préliminaire dans une entreprise algérienne des hydrocarbures a révélé que le stress professionnel est une réalité dans cette entreprise pétrolière. Les sujets jeunes et les cadres semblent les plus vulnérables. Dans cette même perspective l'étude menée par le Pr Ammar Kehroud sur Le stress professionnel, la satisfaction au travail et l'état général de santé chez les travailleurs industriels algérien a démontré que le stress professionnel est un problème majeur qui affecte non seulement les cadres supérieurs et les directeurs d'entreprises, mais aussi d'autres catégories occupationnelles comprenant les cadres moyens et inférieurs à tous les niveaux de la hiérarchie organisationnelle. Il a notamment confirmé que le stress professionnel est en corrélation significative avec la satisfaction au travail et l'état général de santé chez les travailleurs. (Kechroud Ammar,1996).

En Algérie le stress au travail touche beaucoup plus le secteur du bâtiment et travaux publics (BTP) où l'on enregistre le taux le plus élevé d'accidents du travail et de maladies professionnelles.

11. Les sources du stress au travail

Les causes du stress au travail sont très variées et sont multiples. Les demandes relatives aux tâches et aux rôles, surcharge quantitative de travail, surcharge qualitative et effort mental sous charge de travail, l'environnement physique et les

conditions de travail, la circulation de l'information, faible reconnaissance (estime de l'entourage), pauvres relations avec le supérieur, manque de participation aux décisions et circulation insuffisante de l'information(niveaux individuel et organisationnel) , le manque de stabilité de l'emploi et de possibilités de progresser dans la carrière et de reconnaissance salariale, les relations interpersonnelles, les relations avec les collègues, les relations avec la clientèle, les contraintes liées au temps, les horaires de travail, le conflit de rôle, l'ambigüité de rôle, l'autonomie de compétence. (Chaire en gestion de la santé et de la sécurité du travail (les facteurs de risque chaire en gestion de la santé et de la sécurité du travail, université Laval,2014).

12.Impact du stress au travail sur le salarié

Les risques, les conséquences et les réactions négatifs qui découlent du stress au travail se manifestent autour de pathologies physiques ou psychologiques.

Le malaise et la souffrance professionnelle impacte la santé mentale et la santé physique du salarié.Nous commencerons par présenter les conséquences qui découlent du stress au travail sur la le plan organisationnel .

13.Les conséquences du stress au travail sur le plan organisationnel

Selon les estimations du Bureau International du Travail , le stress entraine une augmentation de l'absentéisme du à la maladie ,un renouvellement prématuré du personnel, des départs à la retraite pour raisons de santé ,des baisses de production et de qualité ainsi que des litiges entre les salariés et leurs employeurs.(Patrick Légeron ,2008) .

Globalement les conséquences du stress au travail sur le plan organisationnel se manifestent dans l'augmentation de l'absentéisme, les accidents de travail, les erreurs, apparition du turnover, baisse de productivité et dégradation de la qualité de travail, accidents de travail insatisfaction au travail tels qu'ils sont illustrés notamment dan la figure ci-dessous n°1.

Figure n° 1 : les conséquences du stress au travail sur le plan organisationnel



13.1. Les conséquences du stress au travail sur la santé psychologique

Soumis à une surcharge de travail et à des tensions incontrôlables le salarié exposé au stress, souffre d'un ensemble de symptômes qui sont d'origine psychologique et générateurs de mal être, d'insatisfaction et de démotivation au travail, tels que les sentiments de frustration et démotivation, baisse de l'estime de soi, l'ennui, la fatigue, les conflits interpersonnels, baisse de créativité, états anxio dépressifs et problèmes relationnels représentés dans la figure ci-dessous n° 2.

Figure n° 2 : Les conséquences du stress au travail sur la santé psychologique



13.2..Les conséquences du stress au travail sur la santé physique

les conséquences du stress au travail sur la santé physique bien que le processus d'évaluation des contraintes et des ressources soit d'ordre psychologique, les effets du stress ne sont pas eux uniquement de même nature, ils affectent également la santé physique, le bien être et la productivité qui sont représentées dans la figure n° 3 ci-dessous.

Figure n°3 : les conséquences du stress au travail sur la santé physique



14. Conclusion

Nous avons présenté à travers cette contribution une analyse théorique du stress en abordant une revue de littérature qui a approché ce sujet et fait couler beaucoup d'encre compte tenu de son importance et pertinence dans la vie de l'individu en général et particulièrement dans la vie du salarié .

Enfin, il est important de prendre en compte les conséquences et les répercussions négatives du stress au travail autant sur le plan organisationnel que sur le plan physique et psychologique du salarié, ce qui mène à réfléchir à un diagnostic, prévention et gestion du stress au travail afin de réduire son impact négatif sur la santé de l'individu et l'entreprise.

Bibliographie

Bouffartigue,P.(2010). Le stress au travail, entre psychologisation et critique des conditions travail. XVII ème congrès de l'AIS, Suède,

Cédric Lemogne.(2014). Stress et psychologie , Service de Psychiatrie de , pages 31 à 109 Chapitre 2

Direction générale Humanisation du travail.(2006).Le stress au travail facteurs de risques évaluation et prévention,

Desjardins ,M.(2003).Démarche diagnostique et participative en matière de détresse au travail Interactions Vol. 7, no1,

Grebot,E.(2019). Le stress au travail : « piment de la vie ou baiser de la mort » ? Dans Les pathologies au travail,

Grebot ,E.(2019). Les pathologies au travail Stress, burnout, workaholisme et harcèlement. Approche intégrative. Univers Psy , Éditeur Dunod,

Kechroud A.(1996). Annales de l'université d'Alger,vol 9 n 2, p 84-71,

Liaison et de Psychologie, Hôpital Européen Georges Pompidou, Paris CNRS UMR 7593, IFR Neurosciences Pitié-Salpêtrière, Paris ,

.M.(2006). Stress et santé : le rôle de la personnalité. Présentation de quelques outils d'évaluation de la personnalité Dans Recherche en soins infirmiers Vol N° 85, pages 5 à 13,

Liberté .Edition du Jeudi 06 Avril 2006,

Leka ,S. Griffiths A .(2004). Organisation du travail et stress, approches systématiques du problème à l'intention des employeurs, des cadres dirigeants et des représentants syndicaux Série protection de la santé des travailleurs n°3,

Légeron ,P.(2008).Le stress professionnel dans l'information psychiatrique. Volume 9 n°84, pages 809 à 820,

Moisan, MP. Le Moal ,M.(2012). Le stress dans tous ses états . m/s, vol. 28, n° 6-7 juin-juillet (Paris). 612–617,

Molénat,X .(2008).Les modèles de stress , Grands Dossiers n°12 ,

Selye ,H.(1975).Le stress de la vie - le problème de l'adaptation, éd. Gallimard,

