



Regards psychanalytiques sur le monde

www.akpsy.com

Accro au boulot : un nouveau type d'addiction

La société connaît un nouveau type d'addiction qui, loin d'être liée à l'ingestion de substances illicites, s'avère toutefois aussi dangereuse. L'accro au boulot – ou le « work addict », voire même le « workaholic », néologisme américain qui définit cette relation pathologique de l'individu à son travail – se caractérise par la compulsion à lui consacrer de plus en plus de temps et d'énergie. Au détriment de sa vie familiale, affective et même de sa santé physique et psychique.

A l'instar du modèle Japonais, dont l'aliénation au monde de l'entreprise est saisissante, le « boulomaniaque » ne compte pas les heures ; il destine toute sa libido à une implication professionnelle aux limites floues. Détermination, performance et compétitivité jaillissent telles des lames acérées qui assurent le combat et l'ascension sociale, scannant la moindre faille, rythmant abusivement le quotidien mais occultant peut-être l'essentiel... Il s'avère intéressant d'aller voir ce qui se cache derrière ce rite compulsif qui se veut, somme toute, rassurant, normatif, positif même, au regard d'un monde productif et hyperactif ; il s'agit-là de comprendre les mécanismes conscients et inconscients qui constituent le leitmotiv de ces acharnés du travail. Fuite, refuge, obsession, passion, réparation narcissique... Le « trop actif » ne doit-il pas, en fait, être envisagé comme miroir l'un « trop refoulé »

Un culte ostentatoire

l'individu atteint de ce type d'addiction n'est pas conscient, de prime abord, de la frénésie qui l'habite et qui le maintient en état d'excitation. Doté d'un esprit de compétition et de défi peu commun et grâce à une forte personnalité, il met son désir de satisfaction professionnelle au service de l'entreprise à laquelle il voue un culte ostentatoire. Une de ses caractéristiques se traduit par l'impatience dont il fait preuve – il ne supporte pas de perdre du temps –, maîtrise et contrôle étant ses maîtres mots. Souvent perfectionniste, fuyant la médiocrité, il est tenté de vérifier dans les moindres détails le fruit de son labeur, à l'instar d'un obsessionnel qui, par le rite accompli répétitivement, se rassurerait d'une conjuration quelconque.

Le perfusé du travail se trouve embrigadé, plus ou moins volontairement, dans une représentation qu'il s'est créée et à laquelle il est persuadé de devoir coller : le regard de l'autre avec toute la reconnaissance qu'elle implique est primordial. Comme l'enfant qui montre au parent ses nouvelles prouesses, l'adulte reproduit un schéma affectif afin de s'imposer, d'être apprécié pour son sens des responsabilités, de l'organisation, de l'anticipation, mis au service du plus grand nombre. Avide de récompenses, de promotion ou de félicitations, seule l'activité sociale semble identifier le stakhanoviste de l'entreprise sous l'oeil d'un père, d'une figure emblématique, à laquelle il chercherait à plaire. Être le numéro 1, le meilleur, jusqu'à l'épuisement, jusqu'à la perte d'une existence cohérente, équilibrée, jusqu'à l'oubli de soi. Car sous la dépendance totale –comme le serait un drogué ou un alcoolique – se tapit un profond désarroi et, dans l'incongruité d'une telle agitation, se devine un processus de réparation, de compensation égotiste. Ainsi, l'arrêt de l'hyperactivité engendrerait une angoisse du vide trop importante qui laisserait une béance propice à ce qui ne peut être vu, vécu, ressenti, analysé.

Le plaisir pathologiquement censuré

Le maintien des préoccupations évite aux sentiments et aux émotions d'émerger. La somme de travail représente une peine infligée, une tentative inconsciente de régler une dette. Ce sont de ces individus pour qui il est difficilement acceptable de partir en vacances ou de prendre du repos, l'interdit sur le plaisir étant implicitement formulé : en plus de négliger leur famille, ils se débrouillent toujours pour gâcher d'une certaine façon le temps de la détente. Ordinateurs et téléphones portables sont leurs

meilleurs alliés et grâce à ces outils, l'entreprise n'est jamais loin... La rationalisation est souvent de mise ! Arguant maints prétextes, ils sont dans l'incapacité de faire preuve de discernement et de détachement. Embrigadés dans la répétition, enchaînés à leur névrose, ils se sentent dignes de la mission qu'ils se sont auto-infligés. De fait, ces travailleurs exemplaires se rendent indispensables, agissant dans une immense fourmilière laborieuse et disciplinée.

Il est évident que de tels comportements traînent leur lot de troubles psychosomatiques. Les plus fréquents sont les troubles du sommeil, l'hypertension artérielle, la fatigue chronique, les problèmes cardiovasculaires ou encore les troubles dépressifs.

Des « accros » aux « accros », la limite est infime. Et s'il faut souvent « avoir les crocs » pour parvenir au sommet – on parle bien de jeunes loups dont les dents rayent le parquet ! –, il ne faut pas pour autant s'épargner d'un regard lucide sur soi, si tout nous laisse à penser que la « boulomania » nous concerne. Un accompagnement thérapeutique peut même être alors indispensable afin que les somatisations ne s'aggravent ni ne se renforcent, dès lors qu'on les suspecte. L'entièreté de l'être tient moins à ce qu'il fait qu'à ce qu'il est réellement.. Ses actes seuls ne le définissent pas toujours systématiquement. ☐

Ariane Kerbrat

© 2007 www.akpsy.com
tous droits réservés