

## Christophe Dejours, "No hay trabajo neutral para nuestra salud mental"

BERTA CHULVI

**El trabajo es un elemento central en la construcción de nuestra identidad. Y la identidad es el almacén de nuestra salud mental, así que el trabajo no tiene una posición neutral: o favorece nuestra salud o la perjudica. En esta entrevista, Christophe Dejours, uno de los mejores especialistas en este campo, explica estas y otras cuestiones fundamentales de su obra *Trabajo y Sufrimiento*. Un clásico que acaba de ser publicado en español por la editorial Modus Laborandi.**

**El trabajo es una de las principales causas de sufrimiento en las sociedades occidentales; sin embargo, a lo largo del siglo XX se ha consolidado la creencia contraria, ¿cómo explica esta paradoja?**

La tesis del fin del trabajo que ha circulado por el mundo desde hace 15 años, es, sin duda, una tesis errónea, pero ha tenido una consecuencia perversa: ha convencido a nuestras sociedades de que el trabajo era un hecho marginal, que al final, las máquinas harían las tareas más pesadas y que habría poco trabajo para los humanos. Se ha asumido la idea de que el trabajo que provoca dolor lo hacen las máquinas, cuando sabemos, por la existencia de las enfermedades profesionales, que son legión las víctimas del trabajo. Además, ha provocado que la gente se bata para conservar sus empleos porque se anunciaba que no habrían suficientes puestos. En realidad, en el momento en que se anuncia el fin del trabajo constatamos que lo que sucede es lo contrario: trabajamos más. De hecho han aparecido en los últimos 20 años un montón de patologías ligadas a la sobrecarga de trabajo. Patologías como el burn-out o el karôshi. Esta última ha sido descrita en Japón y consiste en una muerte súbita, generalmente por hemorragia cerebral o un infarto, que afecta a hombres de menos de 40 años que no presentan ningún factor de riesgo. Casos frente a los cuales, finalmente, la única causa que se puede encontrar es la sobrecarga de trabajo. Gente que trabaja más de 71 horas por semana. También están los problemas músculo-esqueléticos que se han disparado en las últimas décadas y que también apuntan a una situación de sobrecarga de trabajo. La realidad es que la gente trabaja cada vez más en un momento en que el trabajo es considerado marginal en nuestras vidas.

**Usted plantea que ha habido una cierta complicidad de la izquierda en este proceso de invisibilización del sufrimiento que procura el trabajo.**

Sí. En el último tercio del siglo XX, los sindicatos y los partidos de izquierdas veían de forma peyorativa todas las cuestiones que tenían que ver con la salud mental en el trabajo. Se diría que la única cosa noble de la que se podía hablar era de las enfermedades del cuerpo o de los accidentes de trabajo. Los problemas de salud mental se consideraban burgueses y fueron desatendidos por las organizaciones de izquierdas justo en el momento en que iban adquiriendo una gran importancia para la clase trabajadora. Este fallo en el análisis realizado por las organizaciones sindicales dejó el campo libre a un elemento quizás más importante a la hora de comprender la tolerancia social frente al sufrimiento en el trabajo. Me refiero a lo que llamamos el "giro organizacional" en el discurso empresarial y económico.

**¿En qué consiste?**

Se inició afirmando que la clave del éxito empresarial estaba no tanto en hacer progresos en el terreno de la producción, sino en el de la gestión. Sobre todo en la gestión de costes: economías en la gestión de stocks, en la gestión del tiempo, en la gestión de personal. Este giro en el discurso que guía las prácticas empresariales marca un antes y un después en el pensamiento económico: encumbrando la importancia de la gestión lo que se busca esencialmente es descalificar toda preocupación por el trabajo, cuya centralidad es cuestionada tanto en el plano económico como en el plano social y psicológico.

**¿Y cuáles han sido las consecuencias de esa pérdida de centralidad del trabajo?**

En este marco ideológico, las condiciones de trabajo se han



degradado mucho sin que la sociedad se movilice contra ello porque el trabajo ya no se considera importante. Con el encumbramiento de la gestión ha llegado la evaluación individual del trabajo, los criterios de certificación, las normas ISO, etc. Estas metodologías se presentan como si fueran simplemente una forma inofensiva de medir el trabajo, cuando, en realidad, son la causa de una transformación en profundidad de las relaciones en el trabajo y son, en buena parte, responsables del aumento notable de las patologías mentales en el mundo laboral. Las evaluaciones individuales no sólo no sirven para describir la realidad, eso lo sabe cualquier trabajador, sino que han convertido las empresas en lugares donde todo el mundo lucha contra todo el mundo, destruyendo por un lado una visión fundamental del trabajo en equipo, y por otro, toda una red social de apoyo y movilización de los trabajadores.



**El sufrimiento en el trabajo no es nuevo, pero a usted lo que sí le parece un nuevo fenómeno es que la mayoría aceptemos con pasividad todo ese sufrimiento y colaboremos con él.**

Sí. Esa cuestión es crucial porque nos sirve para mostrar que sin coacción, sin amenazas, la inmensa mayoría de nosotros somos capaces de colaborar con un sistema que consideramos injusto ¡Qué haríamos si nos pusieran una pistola en la sien! Durante años hemos tratado de mostrar las patologías mentales que produce el trabajo pero ante la situación actual hay que darle la vuelta a la cuestión y preguntarse: ¿Cómo hacen tantos y tantos trabajadores para no volverse locos a pesar de estar confrontados a unas exigencias de trabajo insufribles? ¿Por qué no se produce una movilización social frente al sufrimiento que elabore este sufrimiento en términos de injusticia? Lo que resulta enigmático es la normalidad con la que aceptamos el sufrimiento propio y ajeno.

**Y, ¿cómo lo conseguimos?**

Lo que mi equipo y yo hemos observado en nuestras intervenciones clínicas a lo largo de los últimos 20 años es que para evitar que el sufrimiento les desborde y se convierta en una enfermedad, los trabajadores desarrollan estrategias colectivas de defensa. No sufrimos pasivamente sino que nos defendemos activamente contra los efectos patológicos del sufrimiento. Algunas de estas estrategias son tan sorprendentes como generar actos de virilidad colectiva para hacer frente al miedo. Por ejemplo, en el sector de la construcción hemos visto jóvenes que, al final de la jornada, recogen las herramientas lanzándolas desde el tercer piso para que otros las recojan desde el suelo en una especie de ritual extremadamente peligroso. Son demostraciones colectivas del coraje.

**¿Y en otros sectores?**

Pues hemos visto, por ejemplo, que los cargos intermedios que deben participar en un programa de despidos colectivos se muestran, en reuniones privadas, como los más valientes para llevar a la práctica el discurso de la empresa pensando que su manera de conjurar el miedo a ser despedidos es ser despiadados con sus compañeros. A ese discurso de la empresa le denominamos "la mentira instituida" y consiste en una descripción de la actividad de la empresa a partir de los resultados y no a partir de las actividades que los generaron. Un mecanismo que permite tranquilizar las conciencias negando lo real del trabajo (el sufrimiento de muchos) para depositar una marcada confianza en metodologías supuestamente científicas. Nos preguntamos cómo pueden, personas que en otros aspectos de la vida tienen un comportamiento ético, colaborar en prácticas que pretenden denigrar a un trabajador para que éste se vaya sin indemnización o para que cometa errores que pueden provocar un despido procedente. Esa es la pregunta clave, porque el sufrimiento hoy en el trabajo es cosa de muchos. Y la mayoría de veces la respuesta es el miedo. La violencia genera miedo y el miedo impide pensar, y si no se piensa no hay movilización colectiva. Tendemos a pensar que la violencia genera sufrimiento, pero olvidamos un paso intermedio fundamental que es el miedo. El sufrimiento consciente genera movilización, el miedo genera prácticas defensivas que nos evitan la conciencia.

**Usted hace la distinción entre el sufrimiento en el trabajo y el sufrimiento por no tener trabajo y dice que ambos se retroalimentan.**

Sí. Cuando pensamos en la gente que ha perdido el trabajo nos impresiona la envergadura de los daños que este hecho provoca en su salud mental. Pero tenemos una tendencia a pensar la relación entre el desempleo y la salud mental sin referencia al papel que juega el trabajo en la salud mental. Y el empleo y el trabajo no son para nada la misma cosa. El hecho de tener un empleo no garantiza una buena salud mental. Hay muchas situaciones de trabajo que, a pesar de proporcionarnos un salario, no son favorables para la salud mental. Lo que ambos sufrimientos tienen en común es su referencia a la identidad. No trabajar pone en entredicho nuestra identidad, lo mismo ocurre cuando nos vemos obligados a trabajar mal, en condiciones que nos hacen sentir incompetentes o que nos llevan a tal contradicción moral que nos provocan un sufrimiento ético. Estas crisis de identidad que provoca el no trabajo o el mal trabajo son muy graves porque la identidad es el almacén de la salud mental. Detrás de toda patología mental hay una crisis de identidad.

**Sin embargo, parece que todo lo producido en el siglo XX en torno al tema de la identidad, que ha sido mucho, se ha centrado en fuentes de identidad que no son el trabajo.**

Estoy de acuerdo. El pensamiento postmoderno pero también una buena parte de la filosofía, desde Aristóteles hasta

nuestros días, ha menospreciado el trabajo como una fuente de identidad primordial para la persona. Si lo pensamos bien, son pocos los grandes autores de la filosofía que han hecho del trabajo su principal preocupación. Sin embargo, lo cierto es que el trabajo es central para nuestra identidad y podemos afirmar que no hay trabajo neutral para nuestra salud mental. El trabajo o favorece o empeora nuestra salud mental. ☀️

- imprimir**
- enviar a un compañero/a**

**DOSSIER: TRABAJO Y SUFRIMIENTO**

- ▷ [artículo siguiente](#)
- ◁ [artículo anterior](#)
- ◎ [sumario](#)