

IMMERSION EN COMMUNAUTE

juin 2008



- Annik Matzner, étudiante infirmière
- Geta Oberson, étudiante infirmière
- Nathalie Tafer, étudiante en médecine
- Noemi De Blas, étudiante en diététique
- Nicole Sansonnens, étudiante en physiothérapie

ÇA SE RACONTE

Une émission proposée et présentée
par Jean-Luc De l'Impasse

Christine

Victime de burnout

Josiane Martin

Psychologue à la médecine du
personnel aux HUG

Lisbette Ponne-Céréard

OCIRT

**(Office Cantonal de l'Inspection
des Relations au Travail)**

David Andenmatten
Syndicaliste
aux HUG

Catherine Vasey
Psychologue spécialiste
du burnout

Christine

victime de burnout

45 ans, infirmière chef d'équipe
en instance de divorce, 2 enfants

«Tu ne peux pas empêcher l'oiseau du malheur de voler autour de ta tête, mais tu peux l'empêcher de faire son nid dans tes cheveux»

Proverbe chinois



BURN IN



BURN OUT



BURN OŪ?

Contraintes temporelles et psychologiques

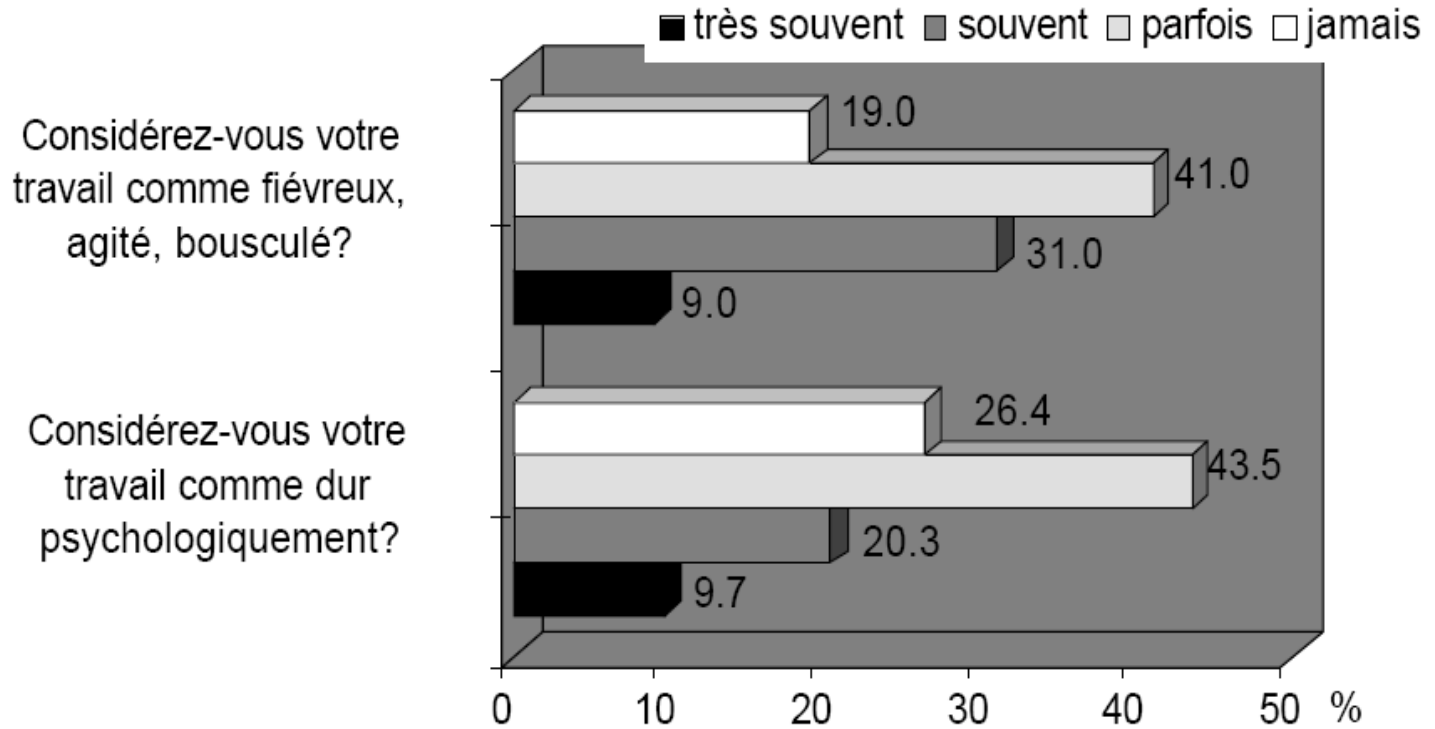


Fig. 3. Stress et contraintes temporelles et psychologiques

(SECO 2000)

QUELS CONSEILS ?

- Signes propres au burn-out:
Heures supplémentaires, Présentéisme (faire moins en plus de temps)
- Etre à l'écoute de ses propres signaux d'alarmes:
Epuisement, Irritabilité, Somatisation, Démotivation, Sensation de ne pas pouvoir faire face aux demandes
- Etre à l'écoute des remarques des collègues
- Ne pas hésiter à consulter, ne pas se croire à l'abri

Josiane Martin

Psychologue à la médecine
du personnel aux HUG

Travail fournit et satisfaction

Attentes Excessives

Travail difficile, peu de reconnaissance

Augmentation de l'effort fournit, peu de reconnaissance

Pas de perspective positive en vue

Rage envers les autres

Epuisement physique et psychique

Changement dans le caractère: Cynisme, etc

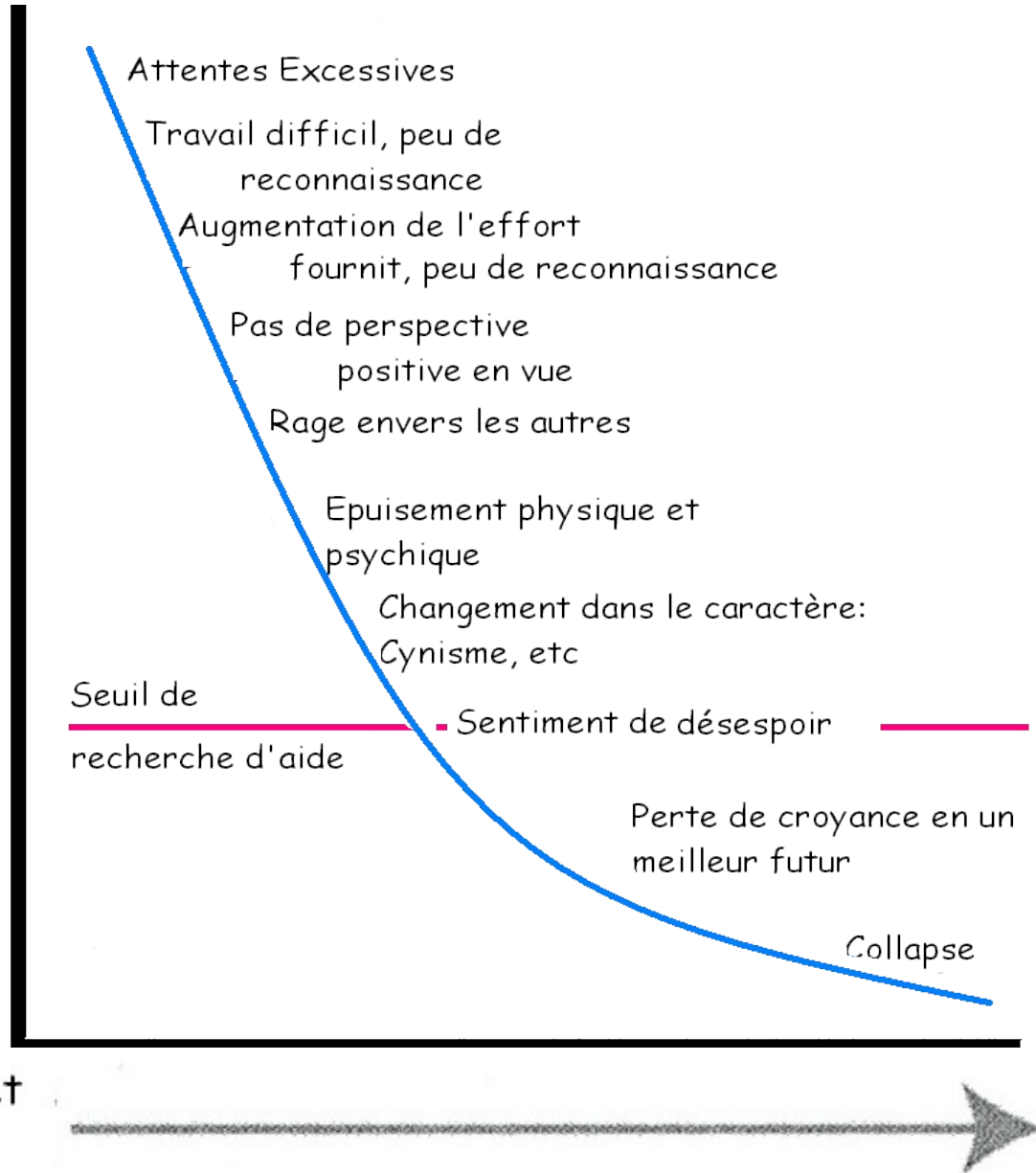
Seuil de recherche d'aide

Sentiment de désespoir

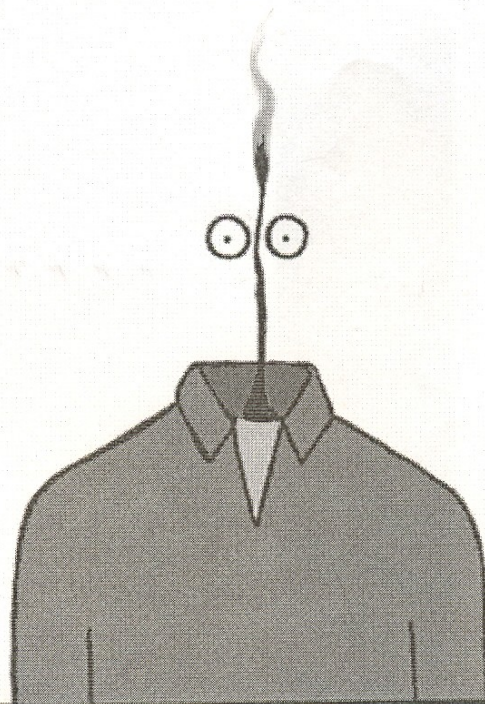
Perte de croyance en un meilleur futur

Collapse

Sentiment de vide et d'inutilité



Burn out



LINDA CAUSEY 2004

David Andenmatten
Syndicaliste SIT-SSP
aux HUG

« CHAQUE ANNEE LE COUT DU
STRESS EN SUISSE S'ELEVE
A 4,2 MILLIARDS DE
FRANCS »

Source : Etude du Secrétariat
d'Etat à l'Economie (Etude SECO
2000)

« Environ 70% des Suisses subissent des pressions importantes au travail »

Source : (SECO 2000)

« En Suisse, 1 personne sur 5 a peur de perdre son emploi »

« Parmi elles, 2x plus se sentent stressées que dans le reste de la population »

Source : (SECO 2000)

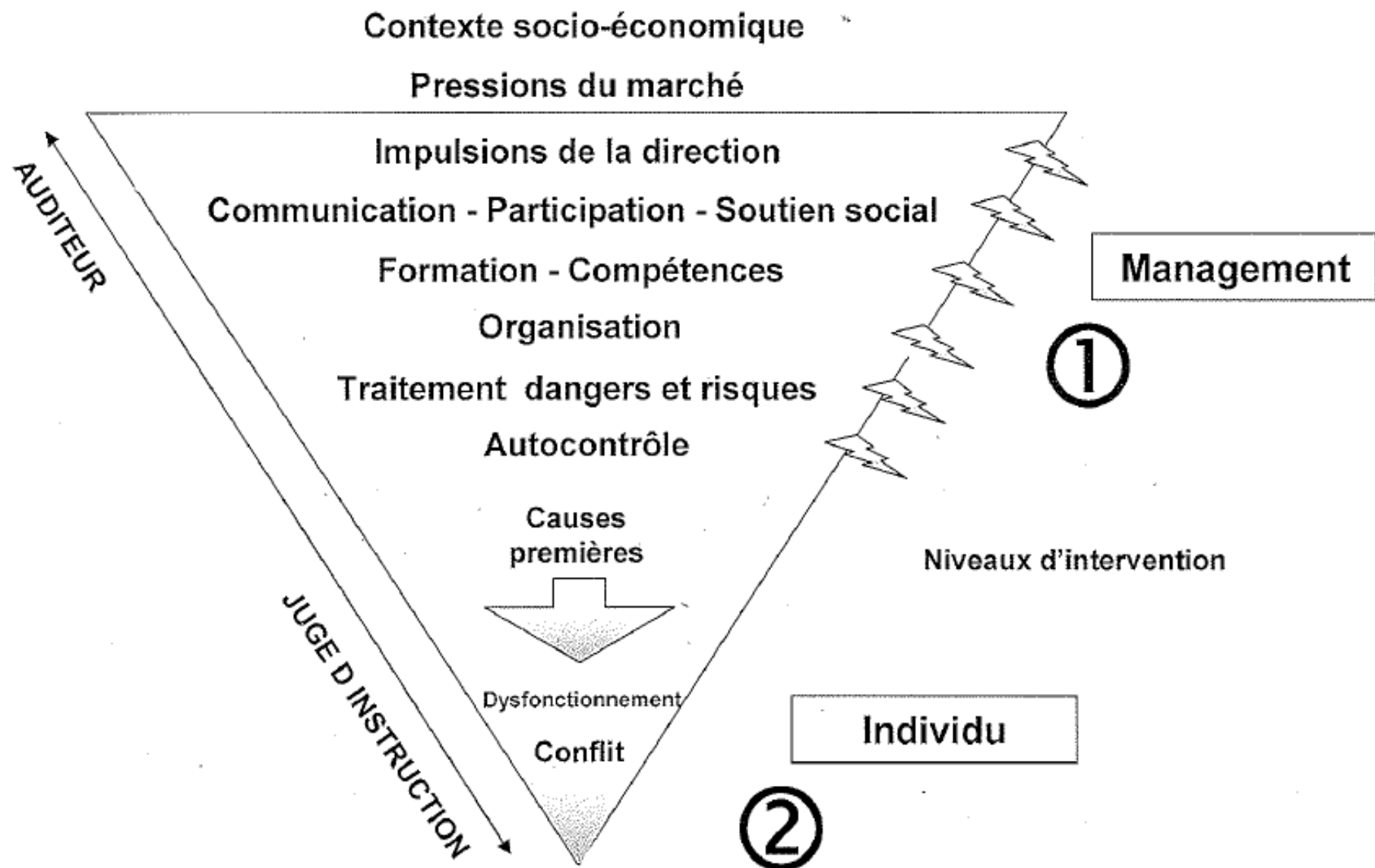
« Le nombre de personnes atteintes par des maladies professionnelles a augmenté de 75% en 10 ans. »

Source : CTSM (Collectif Santé, Travail, Mondialisation; Suisse romande) 2002

Lisbette Ponne-Céréard

OCIIRT

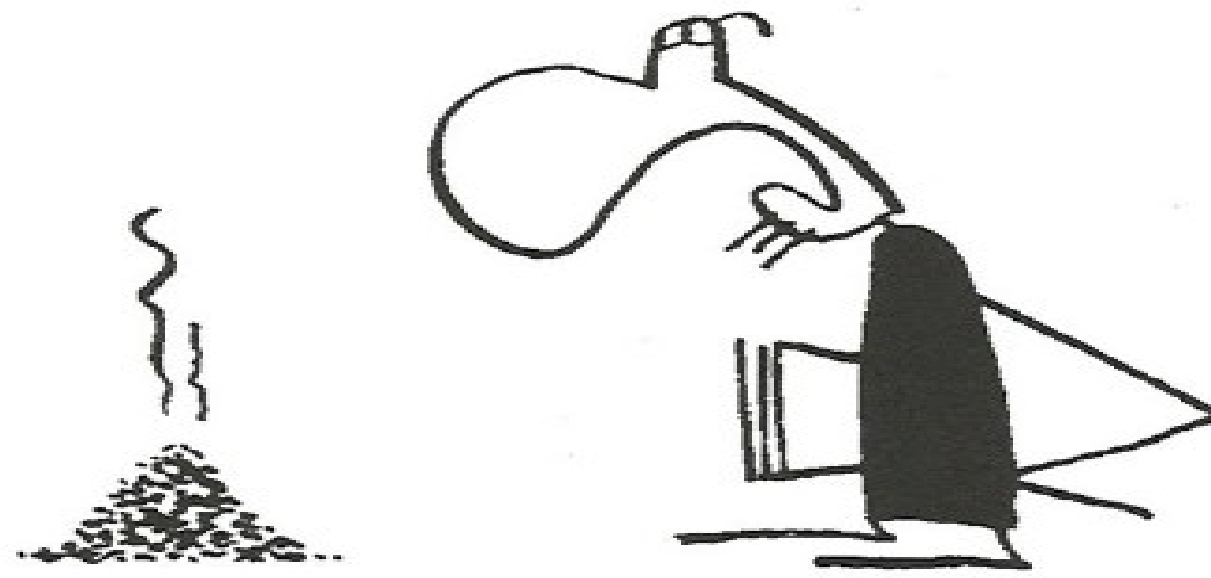
**(Office Cantonal de l'Inspection
des Relations au Travail)**



- Développement de la Médecine du travail en Suisse
- Collecter des données dans les entreprises afin de générer des statistiques

Catherine Vasey
Psychologue spécialiste
du burnout

... TU DEVRAIS
PRENDRE DES
VACANCES !



HIXAREIX

Burn-out : le détecter et le prévenir

Catherine Vasey
Préface d'Angelo Vicario



Message à faire passer auprès des employeurs :

- Promouvoir la santé des travailleurs est le meilleur moyen de lutter contre l'absentéisme.
- Proposer un questionnaire qui permet d'évaluer le niveau d'épuisement et le degré de satisfaction des employés.

Pour conclure l'émission :

- Pas de consensus sur la définition du burn-out et ses causes
- Priorité de mener une réflexion pluri-disciplinaire
- Prise de conscience que personne n'est à l'abri

Merci aux personnes qui ont accepté de nous rencontrer :

- M. Andenmatten, syndicaliste aux HUG
- Mme Bonfillon, médecin du travail aux HUG
- Mme Judas Delay, psychologue à la médecine du personnel des HUG
- Mme Conne-Pérreart, médecin du travail à l'Office Cantonal de l'Inspection des Relations au Travail de Genève
- Mme Vasey, psychologue spécialiste du burn-out à Lausanne
- Mme Bourrier, sociologue à l'Université de Genève
- M. Granget, conseiller scientifique, DGS (Direction Générale de Santé) du département de l'Economie et de la Santé

BIBLIOGRAPHIE

SECO: *Secrétariat d'Etat à l'économie*

- Psychologie du travail et des organisations
- <http://www.seco.admin.ch/themen/00385/01908/01919/index.html?lang=fr>

Stress / Burn-out

- <http://www.seco.admin.ch/themen/00385/01908/01919/01966/index.html?lang=fr>
- Les coûts du stress en Suisse
- <http://www.seco.admin.ch/dokumentation/publikation/00008/00022/01511/index.html?lang=fr>
- Premiers résultats (septembre 2005)
- http://www.stressnostress.ch/f/_doc/Res%20check%201%20f.pdf
- Nouveaux résultats (décembre 2006)
- http://www.stressnostress.ch/f/_doc/Res%20check%202%20f.pdf

Les cycles de Kondratiev: Développement économique et social

- http://www.stressnostress.ch/f/_doc/cycles1.pdf
- stressnostress - un programme destiné à diminuer et à prévenir le stress au travail
- <http://www.stressnostress.ch/Start/start.html>
- Dépliant stressnostress.ch
<http://www.seco.admin.ch/dokumentation/publikation/00009/00027/01833/index.html?lang=fr>

PROMOTION SANTE SUISSE

Programme pour la santé en entreprise pour PME

- <http://www.pme-vital.ch/default.asp?page=startseite&cat=0&subcat=0&subsubcat=0>

Programme détaillé:

- http://www.pme-vital.ch/doc-f/Soutien_pour_PME-vital.pdf

Bibliographie (suite)

DIMENSION SOCIALE DU BURN-OUT

- Souffrance des soignants
- http://www.grasspho.org/?-Souffrance-des-soignants-&id_article=66

BURN-OUT

- [http://fr.wikipedia.org/wiki/Burnout_\(m%C3%A9decine\)](http://fr.wikipedia.org/wiki/Burnout_(m%C3%A9decine))
- <http://www.santepsy.ulaval.ca/sgc/pid/323>
- <http://www.swissburnout.ch/Definir-le-burnout?lang=fr>
- <http://www.noburnout.ch/>

Emissions radio

- <http://virus.rsr.ch/burn-in-burn-out-le-presenteisme-au-boulot>
- <http://podcast.rsr.ch/media/on-en-parle/20080129-travail-tout-sur-le-burn-out.mp3>

Emission télé

- <http://www.tsr.ch/tsr/index.html?siteSect=300003&sid=7222530>
- <http://www.tsr.ch/tsr/index.html?siteSect=500000&bcid=455599#bcid=455599;vid=7217326>

Livres

- Vasey, C. (2007). Burn-out: le détecter et le prévenir. Ed. Jouvance

Articles de journaux

- « Un tiers de mes patients consulte à cause du travail » Le matin Dimanche du 20 avril 2008

Etudes

- Aperçu du paysage du stress dans les hôpitaux, Werner Fischer et Danielle Goerg, Département de Psychiatrie, HUG, Genève, 2001
- La santé psychique en Suisse, P. Rüesch et P. Manzoni, Obsan 2003
- Health effects of stress and insecurity among employees in the banking sector. Comparison with employees in other sectors, Domenighetti et al., 2004

Autre

- Réponse du SSP sur la consultation du Plan Victoria 2008
- « Pour ne pas perdre sa vie à la gagner », Collectif Travail, Santé, Mondialisation, 2002

ÇA SE RACONTE

Une émission proposée et présentée
par Jean-Luc De l'Impasse