

LE SYNDROME DE BURN OUT CHEZ LES SAPEURS POMPIERS

Meriem OUCHEN

Laboratoire d'Analyse des Processus Sociaux et Institutionnels.

Résumé :

Les sapeurs pompiers représentent une population dite à risque. Ils sont des professionnels à risque de stress et probablement aussi à la brûlure psychique appelée le syndrome de Burn out. Ils seraient soumis plus ou moins continuellement à des taux élevés de stress lié aux interventions. C'est ce que nous avons essayé de montrer à travers les résultats d'une étude qui a porté sur 433 sapeurs pompiers de la wilaya de Constantine.

MOTS CLÉS : *burn out, stress, sapeurs-pompiers.*

Le Burn out lance le débat de l'impact des nouvelles exigences de la vie, de manière générale, et le changement des valeurs liées au travail, sur le fonctionnement des individus dans les sociétés modernes. Il pose le problème de l'apparition du stress en raison des conditions de travail.

Le phénomène de l'épuisement professionnel ou le *Burn out syndrome*, tel qu'il a été décrit dans la littérature Nord-américaine dans les années soixante dix par Freudengerger. H., est "*un syndrome de fatigue physique et émotionnelle qui amène l'individu à une conception de soi défavorisée, des attitudes négatives et une diminution importante de l'implication personnelle auprès des patients ou les bénéficiaires du travail*". (M. Chakali , 2000. p. 64)

Plusieurs travaux ont été consacrés à l'étude de ce syndrome dans le monde occidental et qui semblent concerner presque exclusivement les personnels soignants (médecins, infirmiers et intervenants lors de catastrophes) plutôt que d'autres professionnels.

En Algérie, les études sur le Burn out constituent un domaine nouveau si bien que très peu de recherches ont été réalisées sur le sujet. C'est dans cet esprit que vient s'inscrire notre étude qui se veut être une contribution d'approche de ce phénomène chez la population de la protection civile. Elle a pour objectif l'appréciation de la présence de ce syndrome en terme de mesure et la mise en évidence des variables susceptibles de le moduler.

Nous nous sommes intéressés aux sapeurs pompiers parce qu'ils représentent une population dite à risque. Ils sont des professionnels à risque de stress, à risque de traumatisme mais aussi de brûlure interne, car ils sont soumis plus ou moins continuellement à des taux élevés de stress lié à la nature et aux obligations de leur travail qui est l'intervention sur des personnes en détresse.

Nous avons procédé à une enquête psychosociologique basée sur la passation de l'inventaire de Maslasch "the Maslasch Burn out Inventory" (1986) auprès des professionnels opérationnels de la protection civile de Constantine. Cet inventaire "Le MBI" est utilisé pour mesurer le taux d'épuisement professionnel en évaluant trois dimensions séparément : l'effondrement émotionnel, la dépersonnalisation, la diminution de l'accomplissement personnel au travail.

La population sur laquelle a porté cette enquête est constituée de 527 éléments après sélection des effectifs opérationnels parmi tous les personnels de la protection civile de Constantine. Ce chiffre correspond à la population de l'étude. Le taux de participation à l'enquête était de 82,16% c'est-à-dire 433 sur 527 sapeurs pompiers opérationnels ont répondu à l'inventaire.

A l'issue de cette enquête nous sommes arrivés à déceler quelques spécificités de la population de la Protection Civile de Constantine en terme de constitution socioprofessionnelle, d'exigences relatives à l'organisation du métier et de dispositions pour intervenir sur des personnes en souffrance.

Les fréquences du syndrome de Burn out enregistrées par le biais du M.B.I. placent l'épuisement émotionnel au devant chez près de la moitié des sapeurs pompiers de Constantine soit 49,88 % de l'ensemble de la population d'enquête. C'est le résultat le plus marquant dans notre étude qui vient rendre compte que ce phénomène existe effectivement chez cette population professionnelle.

Vient en deuxième position la baisse de l'accomplissement personnel chez 32,97 % des pompiers enquêtés. Ensuite la déshumanisation occupe la troisième position avec un taux inférieur aux deux précédents soit 12,48 %.

Le taux d'épuisement émotionnel enregistré chez ces groupes professionnels révèle l'existence d'une certaine détresse psychologique due à plusieurs variables qui semblent interférer et influencer sur l'apparition du syndrome de Burn out. Elles sont de l'ordre des facteurs personnels tel que l'âge, la situation familiale, le niveau d'instruction et la motivation ainsi que des facteurs professionnels tel que la durée d'exercice et le grade.

Il nous est clairement apparu que les pompiers plus jeunes présentent une tendance faible à l'épuisement émotionnel, alors que les plus âgés accusent une tendance plus marquée à cette dimension et ceci signifie que l'épuisement émotionnel apparaît avec l'âge. Débutant le plus souvent dans la profession avec une moyenne d'âge inférieure aux autres groupes professionnels, ils montrent un faible taux de fatigue émotionnelle par rapport à leurs aînés. C'est probablement l'élan de la jeunesse et l'état optimal des ressources physiques et mentales qui préservent les jeunes sapeurs pompiers de l'effondrement sur le plan émotionnel. Etant jeune, le sapeur pompier est plus performant et plus souple sur le plan psychologique dans le sens où son appareil psychique est capable d'élaborer des aménagements salutaires face à la menace du stress professionnel.

Aussi le nombre d'années écoulées dans l'exercice du métier comme celui de sapeur pompier est susceptible de jouer un rôle dans l'installation d'un état d'épuisement des ressources émotionnelles. Les éléments de la protection civile ayant une ancienneté inférieure à trois ans ne présentent pas d'épuisement émotionnel patent. Cette durée plus ou moins courte correspond à la période initiale de la profession où tous les espoirs sont permis. Une période marquée par

l'enthousiasme, l'élan du travail et le débordement d'énergie comme l'ont expliqué Brodsky et ses collaborateurs. Cela veut dire qu'au fil du temps d'autres phases succéderont à la joie de travailler en "qualité de héros". Les sapeurs pompiers tendent vers l'épuisement après un certain temps.

L'examen de la situation familiale des éléments de notre population a permis de dégager le fait que les pompiers mariés ont une tendance à être épuisés émotionnellement à l'opposé des célibataires qui ne sont pas concernés par cette dimension du Burn out. Les pompiers mariés ont des obligations familiales supplémentaires à celles déjà dictées par le quotidien des pompiers célibataires. Cela signifie que les charges socio économiques qui suivent le mariage (les enfants, le devoir de subvenir à leurs besoins...) peuvent constituer des sources supplémentaires de soucis et de stress éventuellement par rapport aux célibataires.

Pour ce qui est de la motivation, nous avons retenu que l'accomplissement personnel diminue lorsque la motivation qui a poussé les sujets à rejoindre le corps des pompiers est liée au besoin de travail. Les sapeurs pompiers qui exercent ce métier sans l'avoir réellement choisi ressentent un mauvais sentiment d'accomplissement de soi par rapport aux groupes qui ont opté pour cette pratique et qui sont significativement plus nombreux. Cette corrélation nous laisse penser que l'accomplissement de soi au travail, qui sous tend également un don de soi et un investissement physique et affectif, est lié à la nature de la motivation.

Pour conclure, nous pouvons dire que le monde du travail recèle des facteurs de stress importants susceptibles de générer un syndrome d'épuisement professionnel. Dans la population de la protection civile la nature de la tâche implique un affrontement affectif avec la détresse et la souffrance des victimes qui peut constituer un facteur particulier dans la genèse du phénomène de Burn out. Ainsi les sapeurs pompiers de Constantine présentent un effondrement émotionnel au premier plan accompagné d'une dépersonnalisation et d'une baisse dans l'accomplissement personnel, à des fréquences plus ou moins considérables, sous l'influence de plusieurs variables notamment l'âge et l'ancienneté.

BIBLIOGRAPHIE

- 1- Chakali. Mohamed. (2000), Le Burn out, in Troubles post traumatiques, sous la direction de F. Kacha, Algérie, Ministère de la Santé.
- 2- Crocq. L. (2000), Les modèles explicatifs du trauma, in Crocq L. et Vitry M. (2000), Dossier documentaire, UNICEF.
- 3-Lehmann Christian. (2004), Le syndrome d'épuisement professionnel du soignant, www.médito.com/article_382.html
- 4- Mozer Gabriel. (1992), Les stress urbains, Paris, Amand Colin éditeur.
- 5- Garneau Jean. (1998), Les stress, causes et solutions, tiré du magazine électronique : la lettre du psy vol 02 n°08. www.yahoo.fr.
- 6- Grenier-Boley virginie. (2001)., Le stress chez les sapeurs pompiers, www.carnet psy.com.