

Société Française de
Gériatrie et Gérontologie

pratique quotidienne

SOINS
Gérontologie

SFGG

Épuisement professionnel et prise en charge des équipes soignantes

■ Les demandes des patients ou de leurs proches, l'attention à leur porter et la quantité d'informations à enregistrer ou transmettre rendent l'exercice en gériatrie difficile bien que passionnant ■ Être soignant, c'est à la fois remplir une fonction, occuper un statut, assumer des responsabilités et accepter de partager des expériences douloureuses.

Les professionnels de santé, exerçant en institution ou à domicile, sont confrontés au quotidien à des phénomènes éprouvants tels que la souffrance, la dégradation physique, la désorientation, l'incohérence, la dépression, l'isolement, la violence et le décès. La part physique de cet investissement peut être contraignante, voire douloureuse. Trop souvent, la qualité du travail fourni semble médiocre, du fait du manque de temps et de trop rares moments d'écoute et d'échange.

Les incapacités et les handicaps, la démence, la difficulté de communiquer verbalement les obligent à inventer en permanence pour recueillir le consentement et la participation aux soins.

"Vidés" de leur énergie, les soignants peuvent alors être confrontés à l'épuisement professionnel. Leurs réponses ne sont plus adaptées et traduisent une réelle souffrance au travail. Cela se manifeste par une fragilisation à la fois physique, émotionnelle et mentale.

DE LA SOUFFRANCE À L'ÉPUISEMENT

■ Cette souffrance peut se définir comme un état de lutte pour ne pas "tomber malade". Ce syndrome inquiète par son ampleur

(il toucherait un quart des infirmières) et dérange car il atteint des personnes dites "normales" et qu'il est difficile à déceler¹.

■ Le syndrome se déroule en trois phases évolutives :

- un épuisement émotionnel se traduisant par une fatigue effective au travail (sentiment d'être vide, difficulté à être en phase avec les émotions de l'autre). Cette fatigue est peu, voire pas du tout améliorée par le repos ;
- une altération de la relation à l'autre. C'est le noyau dur du syndrome, marqué par un détachement et une sécheresse relationnelle s'apparentant au cynisme ;
- un sentiment d'échec professionnel ou d'incompétence.

QUELLES CONSÉQUENCES ?

■ Ce syndrome entraîne une perte du sens donné à l'activité, un sentiment de ne plus être à la hauteur, de ne pouvoir aller vers l'autre. Peu à peu, une passivité s'installe dans l'exercice du métier. Suite aux conséquences qu'il entraîne, tant pour les soignants (absentéisme, démotivation, frustration) que pour la personne soignée (déshumanisation, rejet, maltraitance), l'épuisement professionnel est un risque majeur pour les équipes soignantes et les établissements de soins.

■ Cette souffrance doit être prise en compte. La reconnaître, l'évaluer et mettre en place des mesures préventives et de soutien (groupes de parole, formation, intervention d'un psychologue, relaxation, etc.) sont autant d'actions qui permettent d'en atténuer la portée. Loin d'être une fatalité, le syndrome peut être limité ou évité par la prise en compte des contraintes professionnelles dans l'organisation du travail, celle-ci devant tenir compte des besoins et des potentialités de chacun.

CONCLUSION

L'encadrement des équipes par les cadres joue un rôle primordial. Porteurs des projets d'équipe ou de service, ceux-ci doivent favoriser des lieux d'échange et de parole, redonner du sens au quotidien, poser des règles, élaborer des plans de formation et dynamiser le travail pluridisciplinaire. La prise en compte de l'épuisement professionnel doit permettre aux équipes de centrer leur réflexion sur les difficultés de la relation d'aide et sur l'analyse de la "bonne distance". Un approfondissement de ce que la relation à l'autre implique en tenant compte de la dimension éthique semble indispensable. ■

MOTS CLÉS

- Épuisement professionnel
- Soignant
- Personne âgée

NOTE

1. Rodary et al. Enquête de l'Institut Gustave Roussy, 1992.

RÉFÉRENCES

- Canouï P, Mauranges A, et al. Le burn out : le syndrome d'épuisement professionnel. Paris, Masson, 3^e éd., 2004
- Delbrouck M. Le burn-out du soignant, le syndrome d'épuisement professionnel. De Boeck, 2003.
- Roos C. Épuisement professionnel ? Dans le champ gériatrique : comment résister ? 6^e journée annuelle du Farap, Annecy-le Vieux, 15 septembre 2006.

LES AUTEURS

André Bardot, directeur stagiaire d'établissement sanitaire et social, Rennes (35),
Marie-Christine Dauriac, infirmière, CH du Gers, Auch (32), avec le concours des membres du Collège des soignants de la SFGG