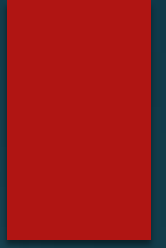


Le burn out...
Mieux le définir
pour mieux le
prévenir



PARADIGME D'INTERPRETATION DE LA NOTION


- ▶ Modèle médical (====) ensemble de signes précis et incontestables prennent valeur de symptômes et s'organisent en syndrome.
- ▶ Modèle psychosocial (====) ensemble d'indices qui ouvrent le champ d'interprétation et invitent à l'analyse des risques psychosociaux qui en favorisent l'émergence.
- ▶ Modèle scientifique (====) concept opératoire et rigoureux qui recouvre une réalité psychosociale clairement circonscrite dont l'expression individuelle se réalise à travers une symptomatologie susceptible d'être corrélée à la manière dont le lien au travail est vécu, perçu ou éprouvé par le sujet qui la manifeste.

Habit neuf d'un phénomène ancien ?

- ▶ **Neurasthénie** (G.M.Bread – 1869) / manque général de force physique et psychique, absence d'initiative, dégoût de l'action
- ▶ **Surmenage** (1845 à propos des chevaux – 1864 – Méd : état d'auto-intoxication résultant d'un exercice prolongé au delà de la sensation de fatigue se traduisant par divers troubles physiologiques et psychophysiologiques) STRESS
- ▶ 1911 / Lien neurasthénie-environnement professionnel : neurasthénie de l'enseignant
- ▶ **Burn Out** (Freudenberger 1974 – Maslach 1976)
- ▶ **Usure de compassion** (Joinson – 1992- Figley 1995) - Fatigue d'être soi (Ehrenberg-1998)

De l'habit neuf au costume d'Arlequin

- ▶ Usure de compassion – EPUISEMENT DE L'HUMANISME
- ▶ Surmenage – ESSOUFLEMENT DU PERFECTIONNISME
- ▶ Dépression – Fatigue d'être soi – COURSE A LA RECONNAISSANCE

- 
- ▶ Stress
 - ▶ stratégies de coping Lazarus (
 - ▶ Centré sur les émotions (prendre de la hauteur)
 - ▶ Centré sur les tâches (prendre du recul ou s'engager))
 - ▶ Modèle exigence-contrôle (Karasek)
 - ▶ Crise de récompense (Siegrist)
 - ▶ Intelligence du travail (P-Y Gomez)
 - ▶ A quoi ça sert ? – A quoi je sers ?
 - ▶ Intelligence collective et émotionnelle / Modèle participatif

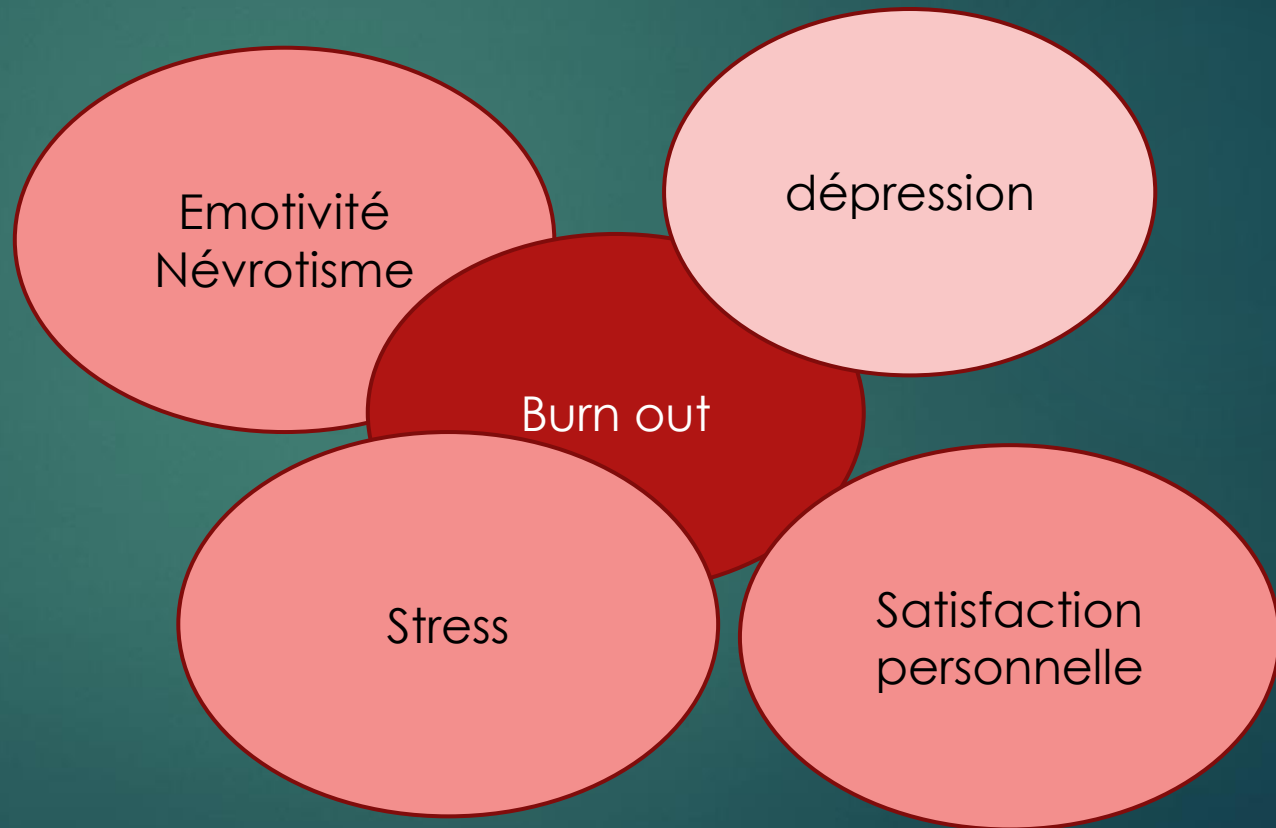
Inventaire de copenhague CBI

Maslach burn out inventory MBI

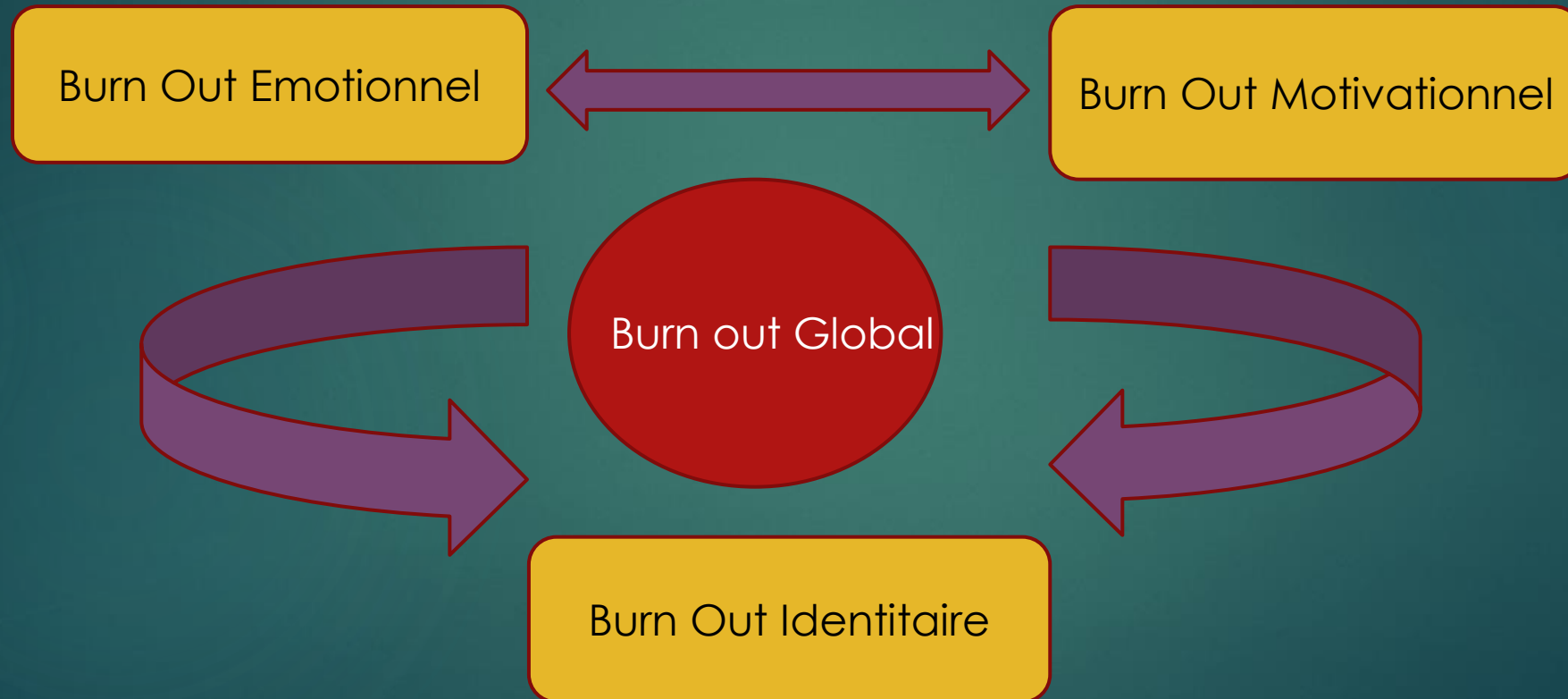
- ▶ Epuisement personnel (B.O.E.)
- ▶ Epuisement professionnel (B.O.M)
- ▶ Epuisement relationnel (B.O.I.)

- ▶ Epuisement émotionnel (B.O.E.)
- ▶ Dépersonnalisation (B.O.I.)
- ▶ Performance personnelle (B.O.M.)
- ▶ Degré d'implication (B.O.G. Cercles vicieux)

- ▶ Emotions
- ▶ Identité
- ▶ Motivations



Du burn out Partiel au Burn Out Global...



« Moteur » / Petites phrases (Taibi Kahler A.T.)

- ▶ « Sois parfait » B.O. Identitaire
- ▶ « Sois fort » B.O. Emotionnel
- ▶ « Fais un effort » B.O. Motivationnel
- ▶ « Dépêche toi” Entretien des cercles vicieux / B.O.global
- ▶ “Satisfais les autres” Entretien des cercles vicieux (/ B.O. global

BURN OUT EMOTIONNEL

Réactivité émotionnelle exacerbée

- Réactions émotionnelles disproportionnées
- Instabilité – labilité émotionnelle
- Irritabilité, nervosité diffuse
- Peur, anxiété, angoisse
- Agitation, impulsivité

Retrait émotionnel massif

- Absence de réactions émotionnelles
- Retrait affectif
- Perte d'enthousiasme
- Froideur
- Indolence
- Perte de la capacité à écouter
- absence d'empathie
- Apathie

Inventaire des ressources émotionnelles internes

Inventaire des supports émotionnels externes

Attitudes de Deshumanisation

- *Tendance à réifier l'entourage*
 - *Agressivité*
- *Désengagement relationnel*
 - *Cynisme*

Inventaire des stressors émotionnels intrinsèques

Inventaire des stressors émotionnels extrinsèques

Tableau diagnostique du burn-out émotionnel.

- ▶ I.R.E.E (Indices de Réactivité émotionnelle exacerbée)
- ▶ I.R.E.M (Indices de retrait émotionnel Massif)
- ▶ Inventaire des attitudes de déshumanisation
- ▶ = I.B.E (Indicateurs de burn-out émotionnel)

Répertoire des ressources émotionnelles internes

Répertoire des ressources émotionnelles environnementales

Répertoire des stressors émotionnels internes

Répertoire des stressors émotionnels environnementaux

BURN OUT MOTIVATIONNEL

CHARGE DE TRAVAIL

- Objective
- Subjective
- Effective
- Implicité

Autonomie/Contrôle

Ambiguïté de rôle

Conflits interpersonnels

Sentiment d'équité/d'injustice

Conflit Travail/Famille

Ressources individuelles
(sentiment d'auto-efficacité)

Ressources sociales

BURN OUT
MOTIVATIONNEL

BORE OUT
MOTIVATIONNEL

Facteurs individuels déclencheurs d'agressivité

Attitudes agressives

- envers les usagers
- envers les collègues
- envers la hiérarchie
- envers l'institution

Attitudes d'évitement

- Fuite face à la tâche
- Difficulté à collaborer

Facteurs individuels favorisant l'évitement

Tableau diagnostique du burn-ou Motivationnel.

- ▶ I.S (Indices de Surmenage)

Charge de travail : ° Objective ° Subjective ° Implicite ° Explicite/Effective

- ▶ I.A/C (Indices de perception d'Autonomie/contrôle)

° Autonomie perçue ° Controle perçu

- ▶ I.A.R. (Indices d'Ambiguïté de rôle)

° Adéquation rôle/fonction ° Adéquation rôle/statut ° Adéquation statut/fonction ° Adéquation statut/rôle

- ▶ I.C.I (Indices de conflits interpersonnels)

- ▶ Sentiment d'équité/Justice

- ▶ Conflit Travail/Famille

- ▶ = I.B.M (Indicateurs de burn-out motivationnel)

Inventaire des comportements, conduites ou attitudes agressives

Inventaire des comportements, conduites, attitudes d'évitement

Répertoire des ressources individuelles

Répertoire des ressources sociales

Inventaire des facteurs individuels déclencheurs d'agressivité

Inventaire des facteurs individuels inhibiteurs d'agressivité

BURN OUT IDENTITAIRE

Déficit de considération

- ° Déni de reconnaissance
(spatiale, territoriale, statutaire)
- ° Défaut d'identification

Souffrance psychosociale

- ° Comportements ou attitudes vécues ou perçues comme intrusives
- ° Harcèlement

Anomie / Destructuration

- ° Perte de sens
- ° Conflit de valeurs

Ressources
individuelles
(amour de soi,
connaissance
de soi)

Ressources
sociales
(image de
soi)

BURN OUT
IDENTITAIRE

Sentiment d'incompétence

Cercles vicieux de mésestime de soi

- ° estime de soi détériorée
- ° tendance à ne pas oser agir
- ° généralisation des échecs

Tableau diagnostique du burn-out Identitaire.

- ▶ I.D.C (Indices de Déficit de considération)

Déni de reconnaissance: ° Temporelle ° Spatiale ° Statutaire

Défaut d'identisation : ° Reconnaissance ° Connaissance

- ▶ I.S.P. (Indices de Souffrance Psychosociale)

° Comportements, attitudes ou conduites perçus comme

- Intrusifs

- Inappropriés

- Inconvenants

° Harcèlement

- Répétition – Rapport dominant/dominé – Sentiment d'impuissance

- ▶ Anomie / Destructuration (

- ° Inadéquation Règles, Normes, Lois / Valeurs

- ▶ = I.B.I (Indicateurs de burn-out identitaire)

Répertoire des ressources individuelles

Répertoire des ressources sociales



Merci pour votre attention