

# « One welfare »

D'un enjeu sociétal à la pratique vétérinaire au quotidien

C. Delguste et T. Manfredini

## Vous, dans votre pratique...

- Qu'est-ce qui vous donne envie de vous lever le matin ?
- Qu'est-ce qui vous donne envie de rester au fond de votre lit ?

# Ce que vous nous avez dit

## Ce qui me donne envie de me lever pour aller au travail

- Les relations avec l'équipe (on ose discuter du + et du -)
- La flexibilité des tâches et la multivalence
- Voir ses amis/les élèves
- La bonne organisation (préparation)
- Me consacrer au cœur du métier
- « Les gens »

## Ce qui me donne envie de rester au lit...

- « Les gens »
- Les embouteillages
- La charge administrative
- Les réseaux sociaux (violence, bashing...)
- Les attentes démesurées des clients

# Quelques définitions

- « one welfare » ?
- Bien-être au travail et risques psycho-sociaux

# Ce que dit la loi belge sur les « RPS » (2014)

Probabilité pour un ou plusieurs travailleurs de subir un dommage psychique (angoisses, dépression, stress, épuisement professionnel, ...) pouvant s'accompagner d'un dommage physique (e.g., pb sommeil, hypertension, palpitations, ...)

Suite à l'exposition à des composantes de :

- organisation du travail,
- contenu du travail,
- conditions de travail,
- conditions de vie au travail,
- relations interpersonnelles au travail

Qui comportent objectivement un danger, et sur lesquelles l' employeur a un impact

## ORGANISATION DU TRAVAIL

Structure de l'organisation - Procédures de travail - Répartition des tâches - Collaboration entre les services - Outils de gestion - Style de management - Politiques générales - ...



## CONDITIONS DE TRAVAIL

(= modalités d'exécution de la relation de travail)

Types de contrats - Types d'horaire - Procédures d'évaluation - Plans de formation - Gestion des carrières - ...



## RELATIONS DE TRAVAIL

(= rapports sociaux)

Collègues – Ligne hiérarchique - Relations intergroupes – Communication - ...



## CONTENU DU TRAVAIL

(= tâches des travailleurs)

Nature du travail – complexité des tâches – variation des tâches – intensité du travail- travail en contact avec tiers- charge émotionnelle – charge mentale- charge physique,...



## CONDITIONS DE VIE AU TRAVAIL

(= environnement physique)

Aménagement des lieux de travail - Équipements de travail - Facteurs d'environnement - Substances utilisées - Positions de travail - ...



# Pourquoi se tracasser du bien-être au travail des vétérinaires ?

- De plus en plus de constats alarmants dans la profession vétérinaire sur
  - Le taux de **burn-out**
  - Le taux de **suicide**
  - Le taux de « **désertion** »

Selon les études, risque suicidaire = **2 à 4 fois** supérieur à la population générale (et 2 fois plus que les autres professionnels de santé)

# Vous avez dit burn-out ?

État d'esprit négatif persistant lié au travail, chez des individus "normaux", qui est caractérisé par de l'**épuisement**, un **sentiment d'inefficacité**, une **démotivation** et des **comportements dysfonctionnels au travail**.

Cet état d'esprit n'est souvent pas remarqué par le travailleur pendant un long moment. Il résulte d'une différence entre les intentions et la réalité du travail. Souvent, les travailleurs entretiennent cet état d'esprit par des stratégies d'adaptation qui sont inefficaces.



# Vous avez dit burn-out ?

Caractérisé par

- Un **épuisement émotionnel**
- Du **cynisme** (détachement voire insensibilité)
- Une diminution de l'**accomplissement** (dont efficacité professionnelle)

Associé à de l'anxiété

« Un salarié européen sur cinq déclare souffrir de troubles de santé liés au stress au travail (INRS, 2008) »

- ***Épuisement émotionnel*** : il peut être décrit comme de la fatigue, un manque d'énergie et peut se manifester tant au niveau physique qu'émotionnel ou cognitif. Il correspond à la dimension centrale du burnout, mais malgré sa nécessité, il n'est pas suffisant.
- ***Dépersonnalisation/cynisme*** : c'est une réponse négative envers autrui. Elle fait référence aux perceptions impersonnelles et déshumanisantes qu'une personne en burnout peut avoir envers le client (étudiant, client, délinquant, etc.). La dépersonnalisation peut également se caractériser par de l'irritabilité, une perte d'idéalisme ainsi qu'une attitude de retrait.
- ***Diminution de l'accomplissement personnel*** : c'est la tendance à évaluer son travail négativement : diminution du sentiment de compétence, de succès et/ou d'efficacité. Peuvent y être ajoutés l'humeur dépressive, la diminution de l'estime personnelle, la baisse de moral ainsi que l'incapacité de gestion.

Ce que disent les enquêtes  
auprès des vétérinaires

# Les vétérinaires en Belgique: enquêtes UPV

- 2016 « heureux-malheureux »: tranche d'âge la plus difficile entre 30 et 40 ans
- 2018 « recruteurs-recrutés »: les « jeunes » accordent plus d'importance au climat de travail et à l'équilibre vie professionnelle-vie privée ; ils ont tendance à préférer une rémunération fixe
- 2022 « utopie ou réalité? »: charge de travail, exigence de la clientèle, charge administrative ; absence de confiance en l'avenir ; ¼ quitte la profession endéans 3 ans

# La santé au travail des vétérinaires en France: enquête nationale (2022)

## **Confirme le haut taux de burn-out et d'idéations suicidaires dans la profession**

- efficacité professionnelle reste élevée même avec taux d'épuisement et de cynisme importants ( // médecins généralistes), surtout chez les hommes
- Taux d'épuisement émotionnel femmes > hommes mais cynisme = (>< autres professions)
- Tous les secteurs d'activité sont concernés ; taux d'épuisement plus élevé en milieu urbain avec activité AC
- Salariés plus à risque de burn-out qu'indépendants même si volume de travail moindre
- Peu de corrélation avec le volume horaire ou les jours de congé
- Variable la plus associée au burn-out = présentéisme
- Gardes: peu en lien avec le burn-out (à tempérer), mais bien avec les idéations suicidaires

## Manifestations somatiques:

- Douleurs dorsales surtout (mais aussi nausées...)
- En lien avec l'épuisement émotionnel et les idéations suicidaires
- Mauvaise hygiène de vie souvent associée au burn-out => causalité circulaire

# Facteurs de risque de burn-out (« stressseurs ») identifiés dans la profession

- Charge de travail et conflit vie professionnelle – vie privée
- Peur de l'erreur (spécifique)
- Travail morcelé
- Tensions entre collègues (gestion d'équipe)
- Inquiétudes financières et déséquilibre entre investissement (formation, charge de travail) et retours (reconnaissance, salaire)
- Exposition à la souffrance animale, aux euthanasies, aux enjeux émotionnels des propriétaires
- Confrontation à la négligence ou à la maltraitance
- Peur d'être blessé.e

## Et encore...

- Facteurs de personnalité ? Évaluation de soi fortement associée à l'épuisement émotionnel, aux idéations suicidaires et aux troubles du sommeil
- **Workaholism !!! (Femmes !)** lien de dépendance psychologique avec le travail ; en lien avec épuisement émotionnel, troubles du sommeil, idéations suicidaires et troubles somatiques. Effets délétères sur la personne et sur ses proches (contexte professionnel et privé)



# Qu'en est-il du suicide...?

- Multifactoriel
- Tentative précédente = prédicteur de suicide
- Taux élevé chez les vétérinaires = préoccupation « planétaire »

## **Etude française:**

- Idéations suicidaires chez les vétérinaires largement supérieures à la population générale, hommes > femmes
- Idéations suicidaires en lien avec présentéisme, et menaces à l'intégrité physique
- Tendance à n'en parler avec personne et à ne pas consulter
- Plus de tentatives chez les femmes, mais plus de suicides accomplis chez les hommes ? (données divergentes\*)
- Couple facteur protecteur (surtout couple VT)

# Que dit la littérature internationale ?

- **Facteurs de stress professionnel identifiés** (revue systématique de 2012 sur les problèmes psycho-sociaux et les comportements suicidaires chez les vétérinaires) :
  - Aspects managériaux du travail
  - Volume horaire et charge de travail
  - Mauvaise balance vie professionnelle-vie privée
  - Relations compliquées avec les clients
  - Réalisation d'euthanasies

Les vétérinaires jeunes et de sexe féminin semblent plus à risque (idées suicidaires, problèmes de santé mentale, insatisfaction liée au travail)

# Facteurs de risque supposés liés au suicide chez les vétérinaires (1/2)

- Caractéristiques des individus s'orientant vers le métier (sélection de « high academic achievers » caractérisés par : anxiété, perfectionnisme, peur de l'échec, inquiétude quant aux fautes et au doute...)
- Effet négatif des études
- « Stresseurs » liés à la profession: volume horaire, support inadéquat, épuisement émotionnel, attentes des clients, issues inattendues de cas cliniques
- Accès facile à, et usage connu de médicaments pour se donner la mort
- Stigmatisation de la maladie mentale
- Isolement professionnel et social
- Abus d'alcool ou de médicaments (BZD, opiacés, kétamine, ...)

# Facteurs de risque supposés liés au suicide chez les vétérinaires (2/2)

Possibilité d'effet de **contexte**:

- Habitude (banalisation ?) à côtoyer la mort et à euthanasier ou abattre
- Effet de « contagion » par exposition directe ou indirecte à des confrères et consœurs qui se suicident

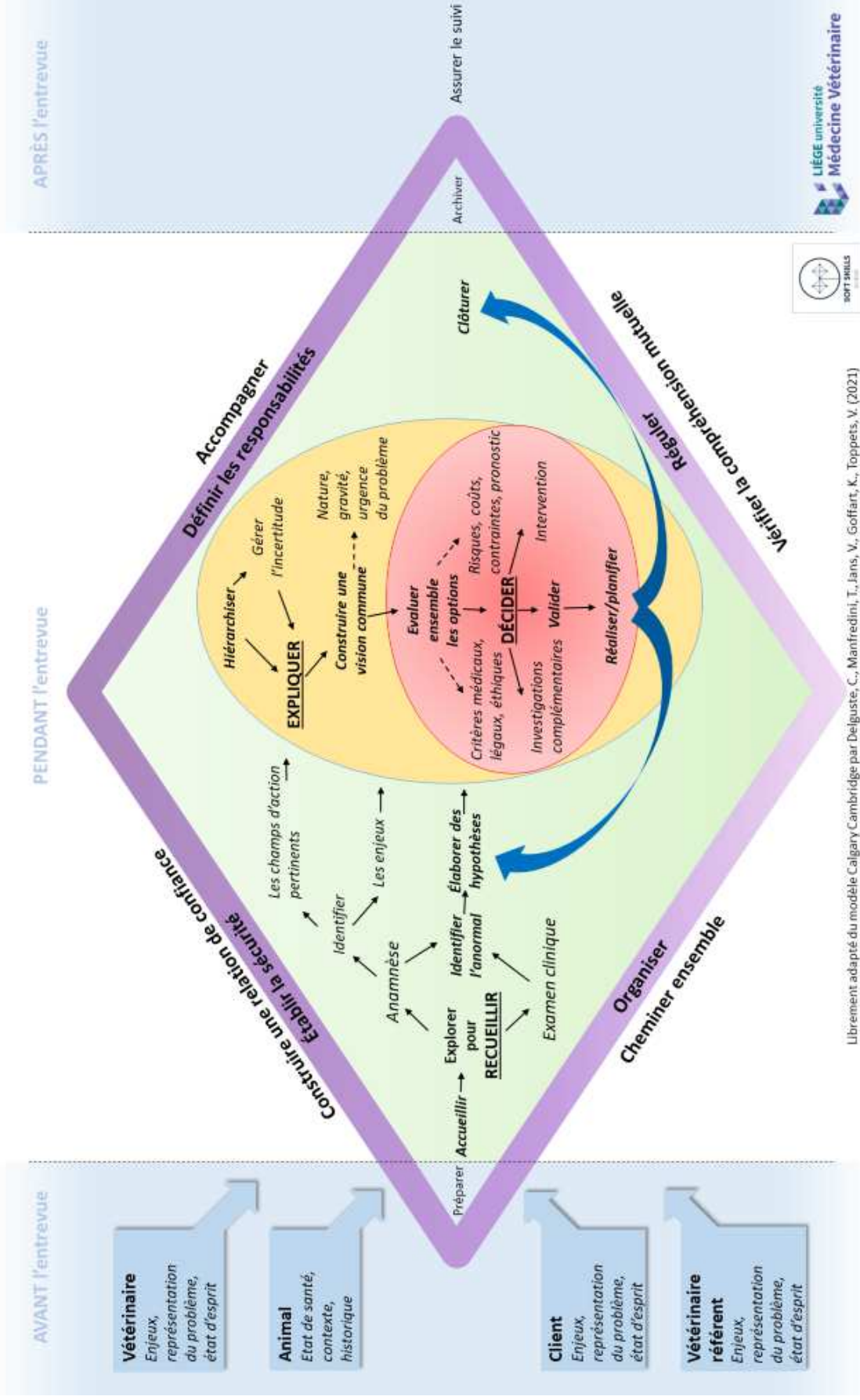
Vous, qu'en pensez-vous...?

Pistes de solutions

# Un outil au service du « one welfare » : modèle de prise de décision partagée

- Modèle en 3 étapes
  - Recueil de toutes les informations utiles au raisonnement clinique et **accordage** (prise en compte de -ce qui ne signifie pas partager, mais bien inclure dans l'équation- ce qui est important pour l'autre, selon sa logique et ses priorités)
  - Explications et **problématisation commune** (atteindre une vision partagée de la nature, la gravité et l'urgence du problème que l'on souhaite tenter de résoudre ensemble)
  - **Décision partagée** parmi les options médicalement, légalement et éthiquement valables, et accompagnement de la mise en œuvre concrète de la décision, au service de l'animal, avec responsabilité partagée quant à ses conséquences.

# Modèle en PRISME de la consultation vétérinaire



Librement adapté du modèle Calgary/ Cambridge par Delguste, C., Manfredini, T., Jans, V., Goffart, K., Toppets, V. (2021)



LIÈGE université  
Médecine Vétérinaire



## **Quelques sources de satisfaction (UK) 😊**

- Issues cliniques favorables
- Bonnes relations avec les collègues
- Défis intellectuels et apprentissages

## **Facteurs de protection supposés :**

- Contre le burn-out : vivre en couple (hommes)
- Contre le suicide : vivre en couple de vétérinaires ?

# Moyens de prévention?

## Au niveau sociétal

- **Monitoring** régulier de la santé mentale de la profession
- **Promotion de la santé mentale**
  - Sortir de la stigmatisation, sensibiliser aux abus, ...
  - Éducation pour apprendre à reconnaître les signes précoces de désordre de santé mentale
  - Encourager à demander de l'aide en cas de besoin
- Développement des **compétences relationnelles** des vétérinaires pour mieux gérer les attentes des clients
- Développement des **réseaux** et communication autour des structures existantes: groupes de discussion, associations d'aide, ...

# Moyens de prévention?

## Au niveau organisationnel

- **Monitoring** régulier des caractéristiques du travail en termes de risques psycho-sociaux, et processus de régulation
- Développement des **compétences de collaboration et de gestion d'équipe** (y compris mentorat des plus jeunes)
- Participation aux **prises de décision** de l'équipe
- Adaptation des **rythmes de travail**: volume horaire, pauses, gardes
- Initiatives « locales » de **promotion de la santé mentale** et de culture du bien-être
- Favoriser les **bonnes relations** avec les collègues et les clients
- Faciliter la **combinaison vie professionnelle-vie privée** par certaines possibilités de flexibilité d'organisation du travail
- Instituer des réunions de **débriefing des situations difficiles**

# Moyens de prévention?

## Au niveau individuel

### Stratégies de « coping » (Cungi)

- **Action sur la situation source de risque** quand possibilité de la modifier
- **Modification de sa perception de la situation** quand pas de moyen d'action
  - **Décentrage:** envisager une situation depuis le point de vue de l'autre => suppose de pouvoir l'envisager depuis son point de vue (celui de l'autre), selon sa logique et/ou de penser son comportement en termes de qualités fondamentales devenant des pièges lorsqu'elles sont poussées à leur extrême dans certains contextes (ex : rigoureux → pointilleux)
  - **Catharsis:** exprimer ses émotions en situation
  - **Recadrage:** chercher des façons différentes d'envisager la situation, y chercher des avantages en face des inconvénients (ex : nous avons reçu des messages négatifs sur FB et ça nous a permis de recevoir des témoignages de soutien de la part d'autres propriétaires d'animaux qui, sans cela, ne se seraient pas manifestés)
  - **Réflexion:** analyser la situation avec des collègues/proches pour rechercher des pistes de solutions
  - **Acceptation** quand il n'y a pas de prise possible sur la situation
  - **Soutien social:** demande d'aide autour de soi
  - **Spiritualité:** si foi en une « force supérieure »
  - **Proactivité :** mise en place d'actions préventives pour anticiper les situations à risque

# Références bibliographiques principales

- Babic A. (2023) Conseiller en prévention niveau III Module risques psycho-sociaux. Cours IFAPME
- Bartram D.J., Yadegarfar G., Baldwin D.S. (2009) : A cross-sectional study of mental health and well-being and their associations in the UK veterinary profession. *Soc Psychiat Epidemiol*, 44: 1075
- Bartram D.J., Baldwin D.S. (2010) : Veterinary surgeons and suicide : a structured review of possible influences on increased risk. *Vet Record*, 166: 388
- Bartram D.J., Sinclair J.M.A., Baldwin D.S. (2010) : Interventions with potential to improve the mental health and wellbeing of UK veterinary surgeons. *Vet Record*, 166: 518
- Cungi Ch. (2010) : Savoir gérer son stress en toutes circonstances. Pocket, 320 pp.
- Platt B., Hawton K., Simkin S., Mellanby R.J. (2012) : Suicidal behaviour and psychosocial problems in veterinary surgeons: a systematic review. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 47: 223
- Truchot D., Andela M. et Mudry A. (2022): La santé au travail des vétérinaires : une recherche nationale. Rapport de recherche pour le Conseil National de l'Ordre des Vétérinaires et l'Association Vétos-Entraide