

La santé des vétérinaires français : une approche longitudinale

Synthèse résumée du deuxième Rapport de Recherche pour le Conseil National de l'Ordre des Vétérinaires et Vétos-Entraide

Didier Truchot

Professeur Emérite de Psychologie Sociale, du Travail et de la Santé

Résumé rédigé par la DV Corinne BISBARRE, responsable de la commission sociale de l'Ordre des vétérinaires

Université de Bourgogne Franche-Comté

1. Introduction

La suite de la recherche sur la santé psychologique et physique au travail des vétérinaires français s'inscrit dans la continuité du précédent rapport publié en mai 2022 et disponible sur les sites de l'Ordre des vétérinaires et de Vétos-entraide.

Ce premier rapport de recherche présentait les résultats des données recueillies grâce au premier questionnaire adressé à tous les vétérinaires français (rapport « T1 » -pour Temps 1-) : Il s'agissait de données **transversales** recueillies simultanément.

Dans le second rapport « T2 », (Pour Temps 2), les données ont été recueillies **15 mois plus tard** ; la mise en relation des réponses aux temps T1 et T2 permet d'établir des liens de causalité. Il s'agit donc désormais d'une étude **longitudinale** dont le but est de discerner les processus qui contribuent à la détérioration de la santé des vétérinaires français.

Les études transversales permettent d'analyser des variables à un moment donné, mais elles ne fournissent pas d'information sur l'influence du temps sur les variables mesurées. Avec ce type de recherche, il est donc possible d'établir des relations entre les variables, sans établir avec certitude un lien de causalité entre elles.

Les études longitudinales permettent de décrire des processus sur la durée, et d'analyser la dynamique des processus de changement, comme la direction et le sens de la causalité. Ainsi, en termes de préconisation, les études longitudinales présentent un avantage certain sur les études transversales.

Ce second rapport aborde donc souvent les mêmes questions et les mêmes variables que dans le premier : mais il permet de savoir si les liens observés de façon statique, en T1, tiennent toujours au niveau du temps et s'il existe des relations causales. Par ailleurs, de nouvelles variables ont été introduites, liées notamment aux théories des idéations suicidaires et du suicide. Enfin, de nouveaux facteurs sont apparus qui seront également détaillés.

Nonobstant leurs avantages évidents, un des problèmes que l'on rencontre avec les études longitudinales est que le taux de réponse diminue au fur et à mesure des passations. On nomme **attrition** ce décrochage de certains participants au cours d'une recherche. Ce taux d'attrition varie selon les études, le problème étant de savoir si ceux qui ont disparu aux deux temps, sont semblables, du point de vue des variables qui nous préoccupent, au reste de l'échantillon, donc si les deux échantillons, initial et final sont comparables. **3244** vétérinaires ont renseigné complètement le premier questionnaire envoyé, soit un échantillon équivalent à 17.5% de la population totale des vétérinaires français. **1450** personnes ont répondu au T2, soit 44% du premier échantillon, mais parmi ces personnes, seules 674, ont indiqué correctement le code permettant d'apparier leur questionnaire en T2 à celui en T1, soit 21% du premier échantillon. Néanmoins l'échantillon est suffisamment important pour réaliser une étude longitudinale valide.

1.1. Les variables à prédire.

Quatre critères de santé principaux ont été retenus : le burnout, les troubles du sommeil, les troubles somatiques et les idéations suicidaires. Le but de l'étude est de mettre en évidence les variables qui permettent de prédire ces critères.

- **Le burnout.**

Le burnout survient lorsque l'individu, à force d'être confronté à des stressors récurrents, finit par épuiser progressivement ses ressources, jusqu'au moment où il n'a plus aucune capacité à faire face aux demandes de son organisation, de ses collègues, de ses clients.

Il s'agit d'un syndrome psychologique qui comprend 3 dimensions :

- **L'épuisement émotionnel** : le fait d'être asséché affectivement et nerveusement, vidé de ses ressources internes, d'avoir perdu toute motivation au travail.
- **Le cynisme** : l'individu n'a plus les ressources pour répondre aux exigences de ses collègues, de ses clients, de son organisation, et pour faire face il adopte des attitudes de repli, de cynisme.
- **L'efficacité professionnelle** : l'individu ne trouve plus d'intérêt dans sa profession et son efficacité professionnelle est réduite.

Le burnout a des conséquences multiples, tant au niveau physique qu'au niveau psychologique et peut être à des conduites addictives. Ses conséquences au niveau professionnel sont l'absentéisme, les conflits interpersonnels, le manque d'efficacité ; au niveau personnel il contribue aux conflits intrafamiliaux.

- **Les troubles du sommeil.**

Les troubles du sommeil sont devenus un problème majeur de santé publique : un sommeil insuffisant détériore notre qualité de vie, notre santé, notre sécurité. Les causes des troubles du sommeil sont multifactorielles, mais notre mode de vie et nos conditions de travail, sont des contributeurs majeurs.

Ces troubles recouvrent un large spectre pouvant aller de la sensation de mauvais sommeil à l'insomnie qui conduit à des somnolences récurrentes au travail : l'étude est restée centrée sur les symptômes les plus courants et les plus significatifs d'un point de vue épidémiologique : retard d'endormissement, difficulté à rester endormi, se réveiller trop tôt et se sentir fatigué après la quantité habituelle de sommeil.

- **Les troubles somatiques.**

Les liens de causalité entre troubles somatiques et troubles psychologiques sont avérés : l'épuisement professionnel engendre des symptômes somatiques, et il a été démontré que les symptômes somatiques sont associés à une augmentation des idéations suicidaires et des tentatives de suicide. Ainsi, l'épuisement émotionnel, dimension centrale du burnout est associé aux idéations suicidaires non pas directement mais via le nombre de symptômes somatiques rapportés. L'étude a donc inclus une mesure des symptômes somatiques. En T1 comme en T2.

- **Les idéations suicidaires.**

Le terme « idéations suicidaires » ou « pensées » ou « idées » suicidaires renvoie à un ensemble de préoccupations relatifs à la mort et au suicide ; elles sont en lien avec la santé générale et sont associées à la qualité de vie et aux états dépressifs. Elles sont liées aux suicides, même si elles n'y conduisent pas nécessairement.

Elles peuvent représenter une étape d'un continuum qui va d'un état dépressif vers des désirs de mort passifs, puis des pensées suicidaires et finalement des tentatives de suicide. Dans tous les cas, elles traduisent un état de désespoir chez les individus. La profession vétérinaire connaissant un taux de suicide important, c'est par le biais des idéations suicidaires que nous avons étudié cette question.

1.2 . Les variables prédictives.

Les variables prédictives (ou variables indépendantes) retenues renvoient à la fois aux caractéristiques intra-individuelles ou facteurs de personnalité (variables sociodémographiques : âge, genre ... facteurs de personnalité, workaholisme) et aux caractéristiques situationnelles ou caractéristiques du poste de travail et stressseurs professionnels.

- Le noyau de l'évaluation de soi.

Le concept de **noyau de l'évaluation de soi** renvoie à l'évaluation que les individus font de leur propre estime de soi, de leurs compétences et de leurs capacités dans le domaine du travail ; pour l'étude, il s'agissait d'identifier le poids respectif des facteurs psychologiques intra-individuels d'une part et des facteurs liés au travail d'autre part. Le concept de noyau de l'évaluation de soi a l'intérêt d'être général en regroupant quatre dimensions (l'estime de soi, le sentiment d'auto-efficacité, la stabilité émotionnelle et le locus de contrôle), et d'être conçu pour prédire les comportements et les émotions au travail.

- Le workaholisme.

Le premier rapport a permis de confirmer l'hypothèse que le workaholisme était un trait largement répandu chez les vétérinaires. Il s'agit d'une caractéristique individuelle, décrite comme un trait de personnalité, voire une addiction comportementale. Les workaholiques travaillent de manière excessive, mais surtout de manière compulsive, et ces conduites ont des effets délétères sur sa santé, celle de ses collègues, de ses proches et sur son organisation.

- Les variables liées au travail.

La première étude a permis de créer une échelle de stressseurs spécifique aux vétérinaires.

- 1) La Charge de travail et l'Interface Vie Professionnelle-Vie Privé.
- 2) La Négligence, maltraitance des Clients envers Animaux.
- 3) La Charge émotionnelle face à la détresse des propriétaires d'animaux.
- 4) Les Problèmes financiers du vétérinaire.
- 5) Les Conflits, tensions avec les collègues.
- 6) La Peur de l'erreur.
- 7) La Peur des blessures.
- 8) Les Interruptions pendant son activité.

L'étude prend également en compte la spécialité des individus, leur statut professionnel (salarié, libéral...) ainsi que les caractéristiques « objectives » du travail (amplitude horaire hebdomadaire, nombre de clients reçus par jour, nombre de gardes de nuit et de week-end effectuées, mensuellement, nombre de jours de congés, présentéisme).

- **Les variables de suicidalité.**

Ce second rapport, introduit les variables liées à la théorie interpersonnelle du suicide et au modèle intégré motivationnel-volontaire du comportement suicidaire.

Pour la première de ces deux théories, 3 facteurs de risque seraient à la base des conduites suicidaires :

- la perception d'être un fardeau pour ses proches,
- l'appartenance contrariée qui renvoie au sentiment de solitude douloureuse, d'être déconnecté des autres et à l'absence de relation de bienveillance mutuelle.
- la capacité acquise à se suicider qui explique le passage à l'acte ; elle dépend d'une part de l'absence de peur face à la mort, d'autre part de l'accroissement de la tolérance à la douleur

Pour la seconde théorie, le suicide provient la perception d'être dans une situation de défaite et la perception d'être piégé.

2. Les échantillons en T1 et en T2

2.1. Caractéristiques de l'échantillon T2.

- Les variables socio-démographiques

Genre : l'échantillon est composé de 185 hommes (27.4%) et 489 femmes (72.6%). En T1, les femmes représentaient 68.5% de l'échantillon. La surreprésentation des femmes s'est donc accentuée. Au 31 décembre 2020, les femmes constituaient 55.6% de la population des vétérinaires français, contre 57,1 % au 31 décembre 2021 ; elles forment 73,9 % dans la population des moins de 40 ans, soit une progression de 6,24 % de la population de femmes vétérinaires sur la période 31 décembre 2020 à 31 décembre 2021. (Cf. atlas démographique de la profession vétérinaire 2022).

On observe souvent dans ce type de recherche que les femmes répondent davantage que les hommes, car elles se sentent plus concernées quand il s'agit de santé.

Age : la moyenne est de 40.7 ans pour une étendue allant de 23 à 68 ans. Cette moyenne était de 41.4 ans en T1. Cet âge moyen est légèrement plus jeune que celui de la population des vétérinaires en 2020 ce qui s'explique par le fait que les femmes sont proportionnellement plus nombreuses que les hommes à avoir renseigné le questionnaire, et que leur âge moyen est lui aussi plus jeune.

- Vivre seul, vivre en couple

En T2, 23.3% des répondants vivent seuls, donc 76.7% vivent en couple, répartition proche de celle observée en T1. 60.5% de ceux qui vivent en couple ont des enfants à charge et 26.8% de ceux qui vivent seuls ont également des enfants à charge. 24.8% de ceux qui vivent en couple ont un conjoint vétérinaire et parmi ceux dont le conjoint est vétérinaire, pour 43.2%, il travaille dans la même structure.

Si on s'en tient aux caractéristiques sociodémographiques, il n'y a pas d'écart notable entre nos deux échantillons.

- Les départements d'origine.

Tous les départements sont représentés, sauf le Loiret et la Lozère.

2.2. Les scores des variables de santé en T1 et T2.

Dans un premier temps, on observe que les scores de burnout en T1 et T2 sont fortement corrélés, ce qui reflète la chronicité du phénomène. Ceux qui avaient un score élevé d'épuisement émotionnel en T1, sont également ceux qui ont un score élevé 15 mois plus tard. On observe le même type de résultat en ce qui concerne le cynisme et l'efficacité professionnelle.

Les corrélations sont aussi élevées pour les troubles du sommeil qui apparaissent comme un mal persistant, tout comme les troubles somatiques.

Quant aux idéations suicidaires elles demeurent également stables à travers le temps.

Concernant les facteurs de personnalité, c'est-à-dire le **noyau de l'évaluation de soi**, on a là également une stabilité du phénomène même si les caractéristiques qui le composent (estime de soi, sentiment d'efficacité personnelle et locus de contrôle) peuvent varier en fonction des circonstances vécues récemment.

En conclusion, les vétérinaires en moins bonne santé en T1 demeurent ceux qui sont en moins bonne santé 15 mois plus tard, qu'il s'agisse du burnout, des problèmes de sommeil, des troubles somatiques ou des idéations suicidaires. Et inversement pour ceux dont la santé était bonne en T1.

Si l'on se penche non plus sur le lien entre les scores de santé aux deux temps de l'étude, mais aux moyennes des scores entre ces deux temps, alors on observe une diminution des scores entre T1 et T2 pour certaines variables comme l'épuisement émotionnel, les troubles du sommeil et les idéations suicidaires. Ce n'est pas le cas pour le cynisme, l'efficacité professionnelle, les troubles somatiques, ni pour le concept de soi positif.

Ainsi alors que la dimension essentielle du burnout, l'épuisement émotionnel, diminue significativement entre T1 et T2, ce n'est pas le cas pour le cynisme qui tend à augmenter, et il n'y a aucune différence en ce qui concerne l'efficacité professionnelle.

On observe également une diminution des troubles du sommeil et des idéations suicidaires entre T1 et T2.

En revanche, les scores de troubles somatiques et du noyau de l'évaluation de soi restent identiques à 15 mois d'intervalle.

Comment expliquer ces résultats ?

- On peut se demander dans quelle mesure la proximité de la pandémie de COVID-19 et du confinement a joué sur les résultats en T1, les inquiétudes liées à la contamination ayant pu s'estomper dans le temps. Or les corrélations entre la variable « peur de la contamination », recueillie en T1 et les mesures du burnout, des troubles du sommeil, ou des idéations suicidaires recueillies en T1 et en T2 ne varient pas. On ne peut donc pas expliquer les scores plus faibles en T2 par la crainte du virus qui se serait estompée entre T1 et T2

- Des effets de halo ou de priming ou biais cognitifs : Dans le questionnaire T1, les items concernant les stressors apparaissaient au début, et les mesures des idéations suicidaires, du burnout, des troubles du sommeil venaient ensuite. La lecture de ces stressors et le temps pris pour y répondre ont probablement activés en mémoire les moments difficiles de la vie professionnelle des participants, influençant leurs réponses aux questions sur le burnout ou les idéations suicidaires. En T2, les stressors n'étaient plus inclus dans le questionnaire et cet effet n'a pas probablement pas été activé.

- Mais si les effets exposés ci-dessus concernent la première dimension du burnout et l'épuisement émotionnel, ils n'influencent ni le cynisme, ni l'efficacité professionnelle, sans doute du fait que l'épuisement émotionnel est plus sensible à la mobilisation des émotions.

Mais quelle que soit l'origine de ces effets, ils n'entravent en rien l'analyse des liens de causalité entre les T1 et T2.

2.3. Conclusion.

Dans l'échantillon T2, les femmes sont surreprésentées, phénomène observé généralement dans les études sur la santé.

Les analyses corrélationnelles révèlent de fortes corrélations concernant les variables de santé entre T1 et T2, (Burnout, symptômes somatiques, troubles du sommeil, idéations suicidaires) ce qui traduit **l'aspect chronique des problèmes de santé chez les vétérinaires** qui en sont affectés.

Toutefois les scores de burnout, de troubles du sommeil et d'idéations suicidaires sont plus faibles en T2 comparativement à T1. Nous pouvons expliquer ce phénomène en partie par des effets de priming présent en T1. Cependant, en ce qui concerne les troubles somatiques et le noyau de l'évaluation de soi, les scores demeurent stables.

3. La santé au travail des vétérinaires - L'influence des variables socio-démographiques.

Il existe de fortes associations entre chacune des variables sur la santé, en T1 comme en T2. L'épuisement émotionnel est associé aux troubles somatiques, aux troubles du sommeil et aux idéations suicidaires ; les troubles somatiques sont associés aux troubles du sommeil et aux idéations suicidaires : L'ensemble de ces troubles semble former une spirale descendante, un trouble en amenant un autre.

3.1 L'influence des variables sociodémographiques.

- Existe-t-il un effet du genre sur la santé psychologique des vétérinaires ?

En T1 comme en T2, les femmes ont un **épuisement émotionnel** significativement supérieur aux hommes. Ce résultat est stable chez les vétérinaires français, confirmé par plusieurs recherches conduites à l'étranger. Alors que la profession connaît une très forte féminisation, ces résultats doivent nous alerter.

Quatre hypothèses **non exclusives** peuvent ces différences :

- Les femmes, en plus de l'activité professionnelle, ont un investissement plus important au niveau des tâches domestiques, qui est source de fatigue, diminue leurs ressources.

« La charge mentale et émotionnelle : le travail se poursuit en rentrant à la maison : - tâches ménagères, ... avec une pensée particulière pour la plupart des femmes en couple actuellement »

- Dans leur exercice, les femmes ont à faire face à des pressions psycho-sociales diverses notamment les stéréotypes sexistes qui leur dressent des réputations d'infériorité.

Les femmes se heurtent souvent à des systèmes contrôlés par des valeurs masculines traditionnelles. Elles occupent des places moins prestigieuses et sont surreprésentées dans les catégories à faible revenu ; les vétérinaires femmes, bien que majoritaires numériquement, n'échappent pas à cette règle en étant proportionnellement plus nombreuses chez les salariés.

- La distribution des hommes et des femmes dans les 3 statuts libéral, salarié, collaborateur libéral est inégale : les hommes sont plus nombreux à exercer en libéral, les femmes plus nombreuses chez les salariés, alors que les salariés tendent à avoir un épuisement émotionnel plus élevés que les libéraux. Mais si on compare les femmes et les hommes en fonction de leur statut (libéral vs. salarié) les premières ont toujours un épuisement émotionnel significativement supérieur aux seconds et ceci quel que soit le statut.
- Le métier de vétérinaire est traditionnellement façonné par des valeurs et des normes masculines. Or ce type de culture est associée à l'épuisement émotionnel ; de plus elle interagit avec

le genre et le caractère compétitif pour engendrer de l'épuisement émotionnel : dans une culture masculine, les hommes compétitifs ont moins de burnout. En revanche, pour les femmes plus elles sont compétitives, plus elles ont un score élevé d'épuisement émotionnel.

S'il existe des différences entre les genres, par-delà les facteurs biologiques, c'est certainement au niveau des facteurs psychosociaux confondus avec le sexe qu'il faut chercher les explications.

Concernant **le cynisme**, en T1 comme en T2, les femmes ont des scores de cynisme équivalents à ceux des hommes. Ce résultat est contraire à ce qui est généralement observé, les scores de cynisme ou de dépersonnalisation étant la plupart du temps plus élevés chez les hommes. Là encore, la profession vétérinaire est toujours gouvernée par des valeurs masculines, et les femmes sont confrontées à un dilemme : en agissant de manière masculine conformément aux valeurs du métier elles peuvent être déconsidérées pour ne pas être assez féminines, mais si au contraire elles montrent des attitudes liées à leur rôle de genre elles peuvent être critiquées pour être trop « féminines ». Elles vivent donc un conflit de rôle élevé, qui peut sans doute entraîner stress et cynisme.

« Le sexisme au travail aussi, de la part du patron mais aussi des clients qui veulent passer avec le véto homme car un médecin c'est un homme dans leur tête. »

Sur la troisième dimension du burnout, en T2 comme en T1, **l'efficacité professionnelle** les hommes ont des scores significativement plus élevés que les femmes, ce qui signifie que leur accomplissement personnel au travail est supérieur à celui des femmes. Cette différence entre les hommes s'observe chez les libéraux comme chez les salariés.

- **Genre et troubles somatiques**

Les troubles somatiques sont associés, entre autres, à la dépression, aux idéations suicidaires, et aux tentatives de suicide.

Ces troubles somatiques, mesurés en T1, sont significativement corrélés avec les variables de santé mesurées en T2 : l'épuisement émotionnel, le cynisme, l'accomplissement personnel, les idéations suicidaires, le sentiment d'appartenance contrariée, celui d'être un fardeau, le sentiment de défaite et celui d'être piégé. Mais la causalité est également circulaire : l'épuisement émotionnel, mesuré en T1 prédit les troubles somatiques en T2 ; et il en va de même pour toutes les autres variables de santé.

Chez les vétérinaires les troubles somatiques sont davantage présents chez les femmes ; et cette différence demeure lorsque l'on compare les genres en fonction du statut (libéral vs. salarié) ou de l'amplitude horaire hebdomadaire. Ces différences en fonction du genre, sont conformes à ce qui est généralement rapporté dans la littérature concernant la population générale ; il s'agit donc d'un phénomène général, qui n'est pas spécifique aux vétérinaires.

Plusieurs processus peuvent expliquer ces résultats, comme des différences de genre aux niveaux neuroanatomiques, neurophysiologiques et neurobiologiques qui peuvent donner lieu à des différences dans la perception, le traitement et la modulation des stimuli somatiques et viscéraux nocifs. Des recherches ont montré par ailleurs que les femmes sont plus attentives aux stimuli internes, plus vigi-

lantes aux symptômes corporels car au cours de leur vie elles ont à faire face à davantage d'informations somatiques que les hommes, notamment en ce qui concerne les différents moments, du processus reproductif. Enfin, la socialisation des rôles sexuels entre également en jeu, les garçons étant élevés dans un climat familial où ils apprennent que « les hommes ne pleurent pas » ce qui peut les amener à moins porter attention aux messages du corps.

- **Genre et troubles du sommeil.**

En T1, les troubles du sommeil étaient significativement plus élevés chez les femmes que chez les hommes. Ce résultat n'est pas spécifique aux vétérinaires. Les résultats en T2 vont dans le même sens, mais, statistiquement ce n'est qu'une tendance.

Lorsque l'on prolonge l'analyse en considérant le fait d'avoir ou non des enfants, les résultats tendent à montrer que la parentalité est plus négative pour le sommeil des femmes que sur celui des hommes.

- **Genre et idéations suicidaires.**

Tout comme en T1, il n'y a pas de différence de genre en T2 en ce qui concerne les idéations suicidaires et ce résultat paraît cohérent avec la littérature sur le sujet.

- La variable âge ou la santé des vétérinaires est-elle dégradée chez les plus âgés ?

En T2, l'âge s'étend de 23 à 68 ans avec une moyenne de 40.7 ans.

Certains propos expriment la lassitude, la démotivation, la fatigue qui frappent avec les années d'exercice.

« La retraite se rapprochant, ça m'aide à tenir, j'ai 58 ans, véto solo mixte rural, je n'irai jamais jusqu'aux 67 ans que l'on m'annonce !! j'espère tenir encore 2 à 4 ans, mais j'ai vraiment de moins en moins envie de travailler, et j'ai presque laissé tomber l'administratif pur ... je gère encore la gestion comptable obligatoire, pas le choix. »

Dans l'échantillon, l'âge est confondu avec d'autres variables comme le genre et le statut, ce qui commande la prudence quant aux interprétations ceci d'autant plus que les femmes, majoritaires parmi ceux qui rentrent aujourd'hui dans la profession, sont significativement plus jeunes que les hommes ; or nous venons de voir que la prévalence de certains problèmes de santé dépendait partiellement du genre.

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, le burnout ne progresse pas nécessairement avec l'âge ou l'ancienneté professionnelle. Tout dépend des conditions de travail rencontrées.

L'étude a abordé d'une part les corrélations entre l'âge et les critères de santé retenus et dans ce cas, l'âge est considéré comme une variable qui suit linéairement la flèche du temps, puis en considérant les différentes générations, c'est-à-dire, les **baby-boomers**, (nées entre 1946 et 1964 soit les 59 - 77 ans), la **génération X** (nées entre 1965 et 1980 soit les 43 - 58 ans), la **génération Y** (nées entre 1981 et 1996 donc les 27 - 42 ans) et enfin la **génération Z** (nées entre 1997 et 2012, donc **dans notre**

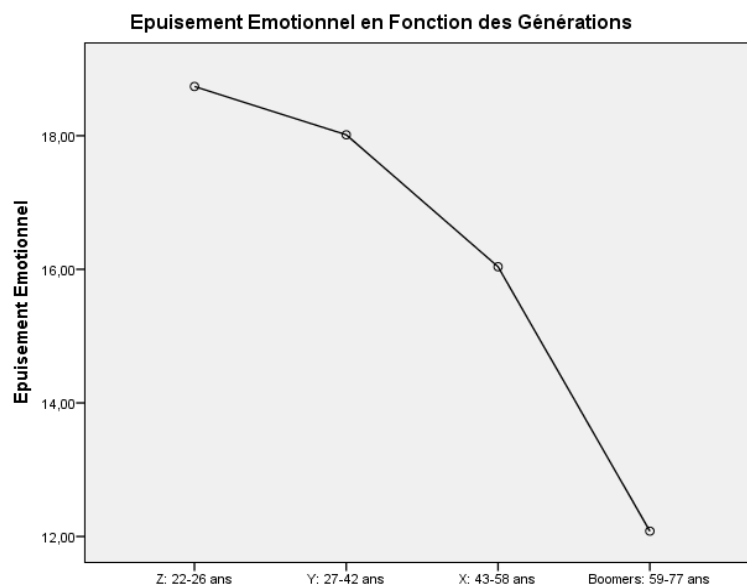
échantillon les 22 - 26 ans). Dans ce cas l'âge est considéré relativement à une génération, c'est-à-dire un groupe qui a des valeurs et des attentes en commun.

- **Age et burnout.**

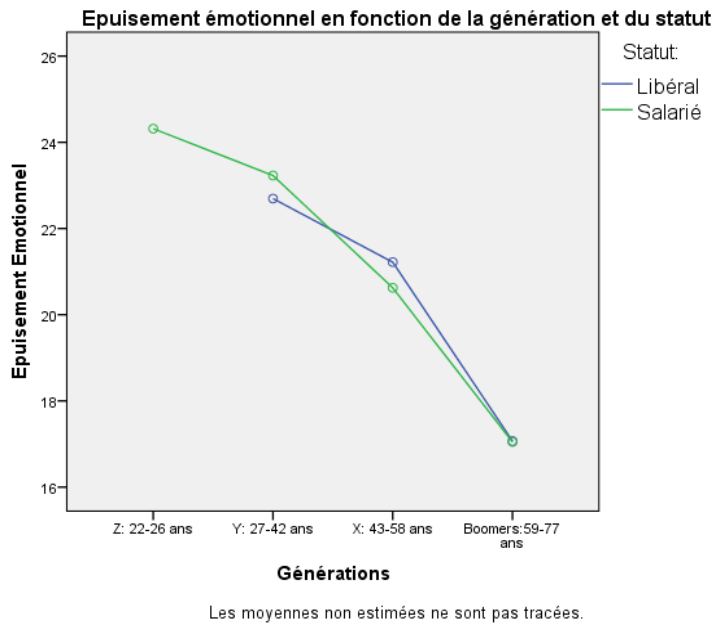
Dans l'échantillon, nous observons une corrélation significative entre l'âge et les trois dimensions du burnout : **lorsque l'observation passe des plus jeunes aux plus vieux vétérinaires, les scores de burnout, en particulier ceux de l'épuisement émotionnel, diminuent.** Cette corrélation âge et épuisement demeure significative lorsque l'on contrôle les effets du genre et du statut (libéral vs. salarié). Les mêmes corrélations significatives existent pour le cynisme et l'efficacité professionnelle mais elles sont très peu élevées.

Attention, cela ne signifie pas que l'épuisement émotionnel diminue avec l'âge car on ignore quel était le degré de burnout des vétérinaires de 55 ans et plus lorsqu'ils étaient plus jeunes. Cela signifie qu'aujourd'hui l'épuisement émotionnel les frappe moins, ou dans un moindre degré. Ces résultats peuvent également refléter un « biais de survie », les individus atteints de burnout quittant la profession après quelques années d'exercice et étant donc exclus de l'échantillon.

Lorsque l'on compare cette fois-ci les 4 quatre générations, les résultats viennent évidemment confirmer ce que nous venons d'observer. Mais ils précisent les choses.



Les analyses montrent qu'il n'y a pas de différence significative entre les deux plus jeunes générations, Z et Y, qui ont des scores d'épuisement émotionnel significativement plus élevés que les deux générations suivantes, X et Boomers. Et ces Boomers ont des scores significativement plus bas que les trois autres générations. Ces résultats sont toujours observés lorsqu'on introduit la variable « statut » : pour les salariés comme pour les libéraux, l'épuisement émotionnel décroît au fil des générations.



Concernant le cynisme, et toujours en comparant les générations, les « boomers » ont des scores significativement plus bas que les trois générations précédentes.

Enfin, le sentiment d'accomplissement personnel suit le même type de trajectoire, mais inversée : les deux générations les plus jeunes, les Z et les Y, ont des scores significativement plus bas que les deux générations les plus âgées, mais ne diffèrent pas entre elles. Quant aux Boomers, leurs scores sont significativement plus élevés que les trois autres générations. Ce sont ceux qui ont le sentiment d'accomplissement personnel le plus élevé, résultat en miroir avec celui concernant l'épuisement émotionnel.

- **Age et troubles du sommeil.**

Il y a un lien faible mais significatif, entre âge et troubles du sommeil. Mais si l'on contrôle les effets du genre et du statut, le lien n'est plus significatif. Enfin, si on examine les troubles du sommeil en fonction des générations, on n'observe pas d'effet significatif.

- **Age et troubles somatiques.**

Contrairement à l'intuition aux verbatim de fin de questionnaire, on n'observe aucun lien entre l'âge et les troubles somatiques chez les vétérinaires que ce soit en T1 ou en T2. Ceci est vrai pour le score global de troubles somatiques. Si en revanche on s'intéresse à ces problèmes pris individuellement, on note quelques associations. Les maux de tête et les nausées ou douleurs d'estomac s'estompent avec l'âge et inversement, les faiblesses dans certaines parties du corps augmentent avec le vieillissement, mais la corrélation, bien que significative, est faible.

- **Age et idéations suicidaires.**

Il n'y a aucun lien entre l'âge et les idéations suicidaires que l'on prenne en compte les corrélations linéaires ou les comparaisons entre générations. Autrement dit ce risque légal n'augmente pas au fur et à mesure que progresse la durée de la confrontation aux stressseurs professionnels.

- **Le statut matrimonial : vivre en couple ou vivre seul.**

Des recherches nous ont appris que les personnes vivant en couple ont une meilleure santé psychologique et physique et vivent plus longtemps que celles vivant seules, qui sont séparées ou veuves.

Concernant le burnout, en T1 les personnes qui vivaient en couple avaient moins d'épuisement émotionnel comparativement à celles vivant seules. En T2, nous observons une différence allant dans ce sens, mais qui n'est pas significative.

En T1 comme en T2, les femmes ont le même degré d'épuisement émotionnel qu'elles vivent seules ou en couple. En revanche pour les hommes qui vivent en couple l'épuisement émotionnel plus faible que lorsqu'ils vivent seuls. Il semblerait que vivre en couple ait une fonction positive pour les hommes mais pas pour les femmes, mais cette interaction n'est pas statistiquement significative en T2.

Concernant les deux autres dimensions du burnout, le cynisme et l'efficacité professionnelle, il n'y a pas de différence en fonction du statut matrimonial. Ni d'ailleurs pour les autres critères de santé retenus dans l'étude.

On peut ajouter que le fait d'avoir ou non des enfants n'a aucune influence sur les variables de santé. Tout juste observe-t-on que ceux qui ont des enfants ont davantage de troubles du sommeil, mais ce n'est qu'une tendance.

- **Le statut professionnel : salariés vs. Libéraux : -**

Concernant le burnout, il existe une seule différence significative en fonction du statut, qui se situe au niveau de la troisième dimension du burnout : **les salariés ont un plus faible sentiment d'efficacité professionnelle que les libéraux**. Mais le statut est une variable qui se confond notamment avec l'âge et le genre.

Toutefois si on compare non plus les libéraux pris dans leur ensemble avec les salariés, mais que l'on introduit une distinction entre les libéraux qui travaillent seuls et ceux qui sont en collaboration, on note que ces derniers ont un épuisement émotionnel significativement plus faibles que les premiers et que les salariés. Ces deux derniers groupes ne diffèrent pas.

Si l'on étudie les autres variables de santé, les **libéraux** ont davantage de **troubles du sommeil** que les salariés ; en revanche, **on ne trouve pas de différence** sur les **troubles somatiques** ou les **idéations suicidaires**.

- **Les « catégories » d'exercice professionnel :**

Les vétérinaires « ruraux » ont des scores **significativement plus faibles** que ceux de toutes les autres spécialités confondues pour l'épuisement émotionnel et les troubles du sommeil.

Les vétérinaires « équins » semblent moins ressentir de troubles du sommeil que les autres groupes.

Les vétérinaires « animaux de compagnie » se révèlent en moins bonne santé que l'ensemble de leurs autres collègues : que ce soit pour l'épuisement émotionnel, les troubles du sommeil, et pour les idées suicidaires, dans tous les cas ils ont des scores significativement plus élevés ce qui traduit une santé psychologique comparativement moins bonne. A noter que ce résultat n'est pas spécifique à la France. Plusieurs explications sont évoquées, parmi lesquelles le lien affectif des clients pour leur animaux, les attentes élevées de ces clients vis-à-vis du vétérinaire, ou encore les heures de travail amplifiées par les gardes.

Les vétérinaires des « filières élevage » ne diffèrent pas statistiquement des autres, même s'ils tendent à avoir un moindre épuisement émotionnel et une meilleure efficacité professionnelle.

Les autres catégories (ISP, enseignant chercheur, industrie labo, spécialiste) ne diffèrent pas des autres. Mais leurs effectifs sont réduits (N>10) ce qui limite la validité des comparaisons.

En résumé.

Chez les vétérinaires, les femmes ont une moins bonne santé que les hommes. Mais sur la plupart des critères considérés, ces différences s'observent également en population générale ou sur d'autres groupes professionnels.

- Les femmes ont un épuisement émotionnel significativement supérieur aux hommes. Elles ont un cynisme égal à celui des hommes alors que l'on s'attend généralement à ce que leur score soit plus bas. Sur la troisième dimension du burnout, l'efficacité professionnelle (ici plus les scores sont élevés, plus le burnout est faible), les hommes ont des scores significativement plus élevés que les femmes.
- Les troubles somatiques et les troubles du sommeil sont davantage présents chez les femmes comparativement aux hommes, ce qui est conforme à ce qui est généralement rapporté dans la littérature concernant la population générale.
- Concernant les troubles du sommeil, nous n'observons pas de différence de genre.
- Les plus jeunes ont des scores de burnout, en particulier d'épuisement émotionnel plus élevés que les plus anciens, ce qui contredit un parti pris selon lequel les plus jeunes seraient moins impliqués dans leur profession. A noter que l'âge n'est pas associé ni aux troubles du sommeil ni aux troubles somatiques, ni aux idées suicidaires.
- Les personnes vivant en couple semblent davantage protégées de l'épuisement émotionnel, mais c'est principalement le cas pour les hommes.
- Le statut est une variable qui se confond avec l'âge et le genre. Avec ce fait en tête, on constate que les salariés ont un score plus faible d'efficacité professionnelle comparativement aux libéraux.
- La spécialité « animaux de compagnie », celle qui compte le plus de vétérinaires, présente une moins bonne santé sur bien des critères : épuisement émotionnel, troubles du sommeil, et idées suicidaires. En revanche, à l'opposé, la spécialité « rurale » possède le meilleur profil de santé.

4. La santé au travail des vétérinaires.

Analyse longitudinale

L'influence de la charge de travail objective sur la santé

Dans quelle mesure les caractéristiques « objectives » de la charge de travail impactent-elles la santé psychologique et physique des vétérinaires **15 mois plus tard** ? Les caractéristiques objectives sont ces aspects de la charge non soumis à l'interprétation de l'individu à cause par exemple de leur aspect qualitatif, mais qui peuvent être mesurables et pour lesquels plusieurs observateurs peuvent se mettre d'accord sans difficulté : nombre d'heures travaillées par semaine, nombre de gardes de nuit, nombre de gardes de week-end, nombre de clients reçus.

L'étude a testé leur éventuel effet sur le burnout, les idéations suicidaires, les troubles du sommeil et les troubles somatiques. Ces effets ont été testés globalement pour l'ensemble de l'échantillon, en comparant les salariés et les libéraux ainsi que les hommes et les femmes.

4.1. Amplitude horaire et santé : des résultats équivoques.

L'amplitude horaire réduit le temps disponible pour ses proches, entraînant des tensions familiales plus ou moins chroniques et dépressogènes. Elle s'accompagne d'une mauvaise hygiène de vie (repas rapide, manque d'exercice physique, tabagisme, alcool) néfaste pour la santé. Elle accroît la fatigue et le stress et réduit parallèlement le temps de récupération.

Les longues heures travaillées, par la fatigue ou le manque de sommeil qu'elles engendrent, par l'exposition plus longue aux facteurs de stress qu'elles impliquent, contribuent à épuiser les ressources nécessaires au fonctionnement exécutif et les processus cognitifs destinés à faciliter l'adaptation du sujet aux situations nouvelles ou complexes. Avec pour conséquence une diminution du rendement et une augmentation du risque d'accident.

Les études disponibles ne débouchent pas sur des conclusions incontestables : Si certaines accréditent la thèse d'un effet pathogène d'une longue amplitude horaire sur la santé, d'autres viennent largement modérer ces résultats. **Donc étudier l'effet de l'amplitude horaire sur la santé présente des difficultés qui commandent la prudence quant à l'interprétation des résultats.**

Si l'on imagine facilement que c'est l'amplitude horaire qui nuit à la santé, on a tendance à oublier que la santé peut aussi affecter le nombre d'heures travaillées. Toutefois ce biais est évité dans une étude longitudinale puisque nous estimons le lien entre les heures travaillées en T1 et la santé en T2. Ensuite différents travailleurs ayant la même amplitude horaire ne font pas nécessairement face aux mêmes exigences, ne réalisent pas forcément les mêmes tâches, ne ressentent pas la même pression. Enfin, les heures travaillées contribuent, dans certaines professions, à accroître les revenus. Or ces derniers influent positivement la santé.

- **Amplitude horaire hebdomadaire et santé chez les vétérinaires.**

En moyenne, les vétérinaires de l'échantillon travaillent 43.4 heures par semaine, avec des réponses qui s'étalent de 11 à 80 heures. L'écart-type est de 11.3 heures, ce qui signifie que, théoriquement, 68.3% de l'échantillon travaillent entre 32.1 et 54.7 heures par semaine.

L'amplitude horaire est significativement plus élevée chez les hommes (48.3 heures) que chez les femmes (41.6 heures) sachant que les hommes sont plus souvent libéraux (79% d'entre eux) que les femmes (42.7% d'entre elles), et que les salariés ont une moindre amplitude horaire que les libéraux.

Au niveau de l'échantillon global, le nombre d'heures travaillées par semaine est associé à une seule variable de santé à savoir les idéations suicidaires. Le fait que l'amplitude horaire contribue à accroître les idéations suicidaires signale l'aspect pathogène de cette variable pour l'échantillon : ce lien apparaît fortement chez les hommes et chez les libéraux, qui sont aujourd'hui plus souvent des hommes, alors qu'il n'apparaît ni chez les femmes, ni chez les salariés.

L'amplitude horaire recouvre différents éléments de la charge de travail, mais il est probable que son lien avec les idéations suicidaires corresponde à l'impact de cette charge de travail sur l'évaluation de ses relations avec ses proches et avec les contraintes que représente son travail au regard du sens de son existence. En effet, chez les hommes, au contraire des femmes, on observe une association entre l'amplitude horaire et trois variables explicatives du suicide :

- Le sentiment d'être un fardeau pour son entourage 15 mois plus tard, sentiment qui contribue au suicide.
- Le sentiment que son existence est une défaite.
- Le sentiment d'être piégé.

On observe le même phénomène chez les libéraux, mais pas chez les salariés, où l'amplitude horaire est associée aux mêmes trois variables explicatives.

Tout se passe donc comme si c'était par ***l'emprise qu'elle exerce sur l'existence des vétérinaires***, en particulier les hommes et les libéraux, que la charge de travail conduisait aux idéations suicidaires.

En se basant sur les corrélations, qui ne tiennent pas compte de l'effet des autres variables explicatives, et non plus sur des régressions linéaires multiples, on observe un lien entre l'amplitude horaire et les troubles somatiques chez les hommes, mais également chez les femmes, ainsi qu'un lien, uniquement chez les hommes entre l'amplitude horaire et l'épuisement émotionnel d'une part et les troubles du sommeil d'autre part.

- **nombre de gardes de week-end et de gardes de nuit.**

Les publications à propos de l'effet des gardes sur la santé des vétérinaires sont quasi inexistantes. L'effet négatif des gardes sur la santé des professionnels de santé est avéré. Elles entraînent un sommeil de moindre qualité et cette perte de sommeil diminue considérablement la vigilance diurne et affecte négativement l'humeur des médecins. Ceci peut nuire aux performances et entraîner un danger pour les patients. Par ailleurs il ne faut pas compter sur un sommeil réparateur lors des nuits sans gardes qui suivent car celles-ci ne compensent pas suffisamment la dette de sommeil.

- **Les gardes de week-end.**

Au niveau de l'échantillon global, le nombre de **gardes de week-end** ne prédit pas la santé des vétérinaires. Mais si l'on prend en compte le genre en contrôlant l'effet du statut), on observe que, alors que le nombre de gardes de week-end n'affecte pas les hommes, chez les femmes, il est associé à tous les critères de santé que nous avons retenus **15 mois plus tard**. Ce résultat confirme que chez les femmes, au contraire des hommes, ces gardes de week-end sont associées au sentiment d'être un fardeau pour ses proches.

Il y a donc une grande inégalité du genre concernant l'effet des gardes de week-end sur la santé physique et psychologique des femmes de notre échantillon.

« Les gardes imposées gratuitement par notre code de déontologie est en grande partie à l'origine de mon épuisement moral et physique. »

- **Les gardes de nuits.**

« Je sais que cela avait été abordé dans le précédent questionnaire, mais je tenais à remettre par écrit que les gardes et la PCS est une source de souffrance extrême pour moi (vété solo) »

59.5% des vétérinaires de l'échantillon réalisent des gardes de nuit, avec une surreprésentation des hommes (70.8% contre 55.2% de femmes). Les libéraux réalisent davantage de gardes de nuit que les salariés ((67.6% contre 50.8%).

Dans l'échantillon global, les gardes de nuit n'ont qu'un effet marginal sur la santé : elles engendrent des troubles du sommeil principalement chez les libéraux, alors que ce n'est pas le cas chez les salariés.

Si on examine l'impact du nombre de gardes de nuit sur les variables des théories du suicide, on observe une influence, mais seulement pour les femmes. Mais il s'agit de tendance : plus elles réalisent de gardes de nuit, plus elles ont un sentiment d'appartenance contrariée, et plus elles ont le sentiment d'être un fardeau pour leur entourage.

Autrement dit, on constate à nouveau, au niveau des analyses quantitatives, une quasi-absence d'effet des gardes de nuit sur la santé psychologique et physique des vétérinaires. Or comme en T1, ce résultat est en contradiction avec les propos verbatims des répondants.

Les vétérinaires de l'échantillon expriment l'influence des gardes sur leurs relations sociales :

« Enfin, avec les astreintes de nuit et de week-end régulières, il m'est difficile de voir des amis. Quand je peux, la priorité va à la famille, mais j'ai tout de même relativement peu de contact. En-dehors de ma compagne, de ma famille très proche et de mes collègues, je n'ai pas grand-monde avec qui échanger. »

Ou l'impact des gardes sur leur santé physique et psychologique :

« Enfin, la Permanence des Soins et tout le stress que cela engendre est dans mon cas l'élément déterminant qui contribue à mon mal être professionnel et à mon souhait de plus en plus récurrent de quitter la profession vétérinaire. »

Pour certains, cette question est une entrave à l'installation en libéral :

« Aucune envie d'être corvéable à merci tous les jours et toutes nuits !! Dommage... car je rêve sincèrement de créer ma propre structure. »

Malgré cela, les résultats de l'enquête en T2 vérifient à nouveau cette absence de lien entre gardes de nuit et santé au niveau longitudinal.

- **Le nombre de clients reçus quotidiennement.**

Le nombre de consultations quotidiennes a un effet négatif sur l'ensemble des variables de santé retenues et c'est la variable « objective » liée au travail qui impacte le plus, et de loin, la santé des vétérinaires.

Quels peuvent être les processus sous-jacents ?

Il semble que les vétérinaires aient de plus en plus à faire face à des attitudes et des comportements agressifs qui engendrent une rupture du contrat social implicite les reliant normalement à leur client. Ce constat est sans doute d'autant plus douloureux qu'il s'agit là d'une profession vocationnelle, au service des animaux et de leurs propriétaires.

Il est probable que plus augmente le nombre de clients vus par jour, plus s'accroît parallèlement la probabilité de faire face à des comportements négatifs. Le nombre de clients reçus quotidiennement, augmente la charge quantitative, mais également la charge qualitative en le confrontant davantage aux incivilités ou aux débordements émotionnels.

Ainsi, d'autres études menées chez les médecins, les vétérinaires, les infirmières montrent que le nombre de consultations journalières était associé à l'épuisement émotionnel, au cynisme et que les incivilités provenant des clients des clients sont associées à l'anxiété et à la dépression et au burnout du professionnel.

Dans l'échantillon, **le nombre de clients reçus par jour est associé à toutes les variables de santé**, ceci après contrôle des variables « genre » et « statut » : épuisement émotionnel, cynisme, troubles du sommeil, troubles somatiques et idéations suicidaires.

Si on introduit le genre et le statut, le nombre de clients par jour ne prédit les troubles somatiques et les idéations suicidaires que chez les hommes, ce n'est que chez les libéraux qu'il prédit les idéations suicidaires et, mais c'est une tendance, les troubles somatiques.

- **Une analyse des verbatim.**

Le manque de reconnaissance est fréquemment abordé par les vétérinaires en fin de questionnaire.

« La sensation d'être dénigré/méprisé/mal considéré par certains clients par manque de résultats, à cause de freins financiers, par manque de disponibilité »

« Globalement épuisée par la charge de travail et l'absence de reconnaissance de la part des clients »

« Ce qui me pèse le plus dans la pratique, ce sont les contraintes et le manque de respect de certains propriétaires/manque de reconnaissance ».

Non seulement, les clients ne manifestent pas de gratitude, mais **ils manquent de respect et commettent des incivilités** ; ils sont souvent peu reconnaissants et pourtant **particulièrement exigeants**, voire expriment des **attentes irréalistes** vis-à-vis des vétérinaires. Nombre d'entre eux parlent d'une judiciarisation croissante. Parmi les exigences rapportées, les vétérinaires évoquent la « **pression** » venant des clients, qui concerne souvent les résultats des soins, le coût financier des interventions, et la disponibilité. Nombre d'entre eux évoquent également des **comportements agressifs et des menaces**. Beaucoup redoutent les avis négatifs sur les réseaux sociaux et parlent de « **bashing** », de cyberharcèlement. Enfin, en France les vétérinaires sont parfois perçus comme nantis et cette représentation contribue sans doute au fait que pour certains clients mécontents et agressifs, les vétérinaires soient carrément vus comme « des voleurs ». Les vétérinaires souffrent de cette image stéréotypée que leur renvoient certains clients :

« Le problème c'est de gérer les propriétaires, surtout leurs caprices, leurs humeurs, leur remarques irrespectueuses »

« Rajoutent à la physique psychique l'exigence de la clientèle et la difficulté croissante à gérer les rdv (rdv non honorés, retards des clients) »

« La perception des clients concernant le métier de vétérinaire : vétérinaire corvéable à merci, respect de la vie privée, niveau d'exigence etc. »

« Pression des clients sur les résultats, le tout gratuitement car sinon on n'aime pas les animaux. »

« La pression de réussite, de jugement, de frais minimum, exercée par le propriétaire, ainsi que le fait qu'en payant il se croie dans la possibilité de disposer de notre temps et de pouvoir nous parler comme bon lui semble – non-respect du temps de travail par les propriétaires qui ne respectent pas la vie privée. Usant.

« J'ai été agressée verbalement, jusqu'à des menaces de mort, alors même que j'avais donné le meilleur de moi-même.

« Vision de nanti du vétérinaire qui ne devrait même pas se faire rémunérer »

« Une remise en question quotidienne, et le fait qu'on soit des profiteurs égoïstes qui ne pensons qu'à nous même (alors qu'on donne tout à tout le monde sauf à soi-même) »

« Clientèle procédurière, obligation de contrats de soins pour presque tout à présent »

« Evolutions des attentes des propriétaires (exigences en hausse, confiance en baisse, technicités et savoirs demandés en hausse, irritabilité, judiciarisation, contractualisation. »

Il semble ainsi qu'il existe, dans certains cas une véritable rupture du contrat psychologique voire social qui existait entre le vétérinaire et ses clients. Les conséquences concrètes peuvent être sévères, et parmi celles-ci, leur envie de quitter la profession, ou le regret de l'avoir choisie :

« Un point qui vaudrait le coup d'être étudié et qui, personnellement, affecte ma pratique quotidienne : la perte de confiance avec les clients. En trois ans de pratique, j'ai déjà subi un litige avec un client où l'assurance m'a donné tort, une plainte à l'ordre (qui heureusement n'a pas abouti), le vol de la caisse lors d'une garde où je suis allée au bout de moi-même, les nombreuses menaces de porter plainte ou les avis google négatifs injustifiés. [...] je n'aime pas les

conflits, l'injustice du client et son mécontentement m'affectent beaucoup [...] Pour moi, c'est un aspect non négligeable qui peut affecter mon moral au travail. »

« Les relations clients parfois compliquées qui nous mettent dans un état de stress, et auxquelles on continue de penser une fois rentrés chez soi »

« Oui, le changement de métier, J'espère changer de travail sous 1 an maximum car je n'en peux plus d'assumer la gestion d'une structure et d'être un vétérinaire opérationnel. [...] Je trouve triste que la surcharge de travail et la pression des clients nous conduisent à abandonner ce beau métier ! Mais rester, c'est se mettre en danger pour ma part. »

La relation avec les clients représente donc une source de tension, de stress, qui envahit la vie quotidienne de certains vétérinaires et va jusqu'à alimenter l'envie de quitter la profession. Elle est associée à tous les indicateurs de santé. C'est donc certainement une source de stress pour laquelle il serait utile de réfléchir aux meilleures ressources pour y faire face.

Cependant si nous observons certains liens entre les caractéristiques objectives de la charge de travail et les critères de santé retenus, l'impact global demeure relativement modeste, au niveau global, de 5% pour l'épuisement émotionnel, de 2% pour le cynisme et les troubles somatiques, de 8% pour les troubles du sommeil et de 4% pour les idéations suicidaires.

Résumé.

L'amplitude horaire est liée aux idéations suicidaires, ce qui traduit l'aspect pathogène de cette variable. Mais elle n'est pas liée au burnout, aux troubles somatiques, ou aux troubles du sommeil. Toutefois, l'étude de cette variable présente tout un ensemble de difficultés.

Si l'on s'en tient aux verbatim, le nombre de nuits réalisées par mois représente un facteur de stress particulièrement important ; mais les données quantitatives ne corroborent pas ces propos. En effet, le nombre mensuel de gardes de nuits n'est associé qu'aux troubles du sommeil.

Les gardes de week-end impactent négativement l'ensemble des variables de santé, mais chez les femmes uniquement.

En revanche, le nombre de clients reçus chaque jour en T1 laisse des traces profondes sur la santé en T2. Cette caractéristique du travail est associée significativement 15 mois plus tard, à l'ensemble des critères de santé retenus ici. Une des hypothèses possibles est l'impact des comportements d'incivilité des clients.

Notons que prises dans leur ensemble ces caractéristiques du travail n'expliquent qu'une proportion mineure de la variance des variables de santé

5. L'influence des stresseurs perçus sur la santé.

Analyse longitudinale.

L'étude vise à savoir dans quelle mesure les 8 stresseurs perçus en T1 influencent les variables de santé retenues 15 mois plus tard. Un stresseur inattendu, et au statut particulier, le présentéisme, impacte également la santé des vétérinaires.

En T1, huit catégories de stresseurs professionnels auxquels font face les vétérinaires ont été identifiées.

- La Charge de travail et l'Interface Vie Professionnelle-Vie Privée
- La Négligence, maltraitance des Clients envers Animaux
- La Charge émotionnelle face à la détresse
- Les Problèmes financiers
- Les Conflits, tensions avec les collègues
- La Peur de l'erreur
- La Peur des blessures
- Les Interruptions pendant son activité.

Ma charge de travail (et l'interface vie professionnelle –vie privée), la peur de l'erreur et les interruptions pendant son activité étaient les plus fortement associés à la santé des vétérinaires.

5.1. Quels stresseurs perçus en T1 prédisent-ils le burnout, les troubles somatiques, les troubles du sommeil et les idéations suicidaires en T2, c'est-à-dire 15 mois plus tard ?

- **La charge de travail et l'interface vie professionnelle-vie privée.**

La charge de travail et l'interface vie professionnelle / vie privée est le stressor le plus fortement associé au burnout et aux troubles du sommeil au niveau longitudinal. Ce stressor prédit très significativement l'épuisement émotionnel, noyau dur du burnout ainsi que les troubles du sommeil, les troubles somatiques, et les idéations suicidaire. Il existe aussi un lien, mais non significatif, entre charge de travail et cynisme.

La charge de travail et ses débordements sur la sphère privée, représente donc un stressor redoutable qui prédit non seulement l'épuisement émotionnel, les troubles du sommeil, et les troubles somatiques, mais également les idéations suicidaires 15 mois plus tard. Les items qui composent ce facteur de stress recouvrent à la fois l'amplitude horaire, l'idée que cette charge est contrainte, un sentiment d'injustice et un conflit entre la vie professionnelle et la vie privée.

Cette charge de travail et son débordement sur la vie privée conduisent les vétérinaires à éprouver des sentiments de défaite, d'être un fardeau pour les leurs, et finalement d'être piégés dans leur situation, autant de facteurs conduisant au suicide.

- **Les conflits avec les collègues.**

Les conflits avec les collègues représentent un autre facteur fortement associé longitudinalement à la santé des vétérinaires. Ils sont associés à l'épuisement émotionnel, au cynisme et aux troubles du sommeil quinze mois plus tard. Ils sont également fortement associés aux troubles somatiques.

Toutefois ces conflits ne prédisent pas les idéations suicidaires.

Les conflits interpersonnels au travail ont des conséquences sur le bien-être des employés et sont associés, par exemple, à une moindre satisfaction au travail, à la dépression, à une chute des performances et même, chez les femmes, à une incapacité au travail.

« Je suis en arrêt pour burn out depuis 11 mois. J'ai eu le sentiment de vivre un vrai harcèlement de la part de mes employeurs, qui n'admettaient pas que je voulais ménager du temps pour ma vie perso. Ajouté à ça la charge émotionnelle liée à notre métier. Je me suis écroulée. J'en éprouve une grande honte de ne pas avoir été « à la hauteur » et de ne pas avoir tenu là où tant d'autres tiennent... ».

« Il fait état des relations entre collègues mais pas entre subordonnés. Mes collègues savent le travail que j'accomplis, les responsables de la structure non. »

- **La peur de l'erreur**

La peur de l'erreur tend à être associée à l'épuisement émotionnel. Elle prédit le cynisme et la réduction de l'efficacité professionnelle.

Le fait de commettre des erreurs (et non d'avoir peur d'en commettre) fait partie des plus forts contributeurs au stress ressenti. Les réponses sont significativement plus élevées chez les femmes, comparativement aux hommes et elles décroissent significativement avec l'âge. La spécialité « animaux de compagnie » figure parmi les plus touchées.

« Difficultés à gérer la culpabilité liée aux erreurs médicales et aux échecs, surtout ceux dont je suis responsable. »

- **La peur des blessures.**

La peur des blessures n'est pas associée à l'épuisement émotionnel. On observe simplement une tendance mais qui n'est pas significative. En revanche, elle prédit le cynisme et la réduction de l'efficacité professionnelle et est associée aux troubles somatiques et aux idéations suicidaires.

- **Les problèmes financiers.**

Les problèmes financiers prédisent à la fois les troubles du sommeil et les idéations suicidaires. Or ces problèmes représentent un facteur de risque suicidaire en population générale

5.2. Le présentéisme : un comportement pathogène chez les vétérinaires.

Le présentéisme correspond au fait de se rendre au travail alors que l'on est malade, en mauvaise santé physique et / ou psychologique. Travailler alors que l'on est malade entraîne une guérison inadéquate, voire un épuisement supplémentaire des ressources psychologiques et physiques enclenchant un cercle vicieux. Par ailleurs, il réduit la productivité, augmente le taux d'accidents du travail et finalement accroît les coûts financiers tant médicaux que pour l'organisation.

La moyenne de présentéisme au cours des 12 derniers mois est de 12.5 jours. Si l'on répartit l'échantillon en 4 groupes égaux de 25% les jours d'absentéisme se répartissent ainsi :

- Aucun jour de présentéisme : 25%. Mais il est probable qu'une partie de ces 25% n'ait pas été malade au cours de la dernière année. Si cela est vrai, alors ce pourcentage de vétérinaires n'ayant pas pratiqué le présentéisme est plus faible.
- De 1 à 7 jours : 25%
- De 8 à 18 jours : 25%
- 19 jours ou plus (jusqu'à 365 jours) : 25%

Le présentéisme est donc une réalité chez les vétérinaires français. Ce résultat est cohérent avec le fait que ce comportement est plus probable d'apparaître au sein des professions qui ont des exigences élevées et demandent un engagement important.

Les résultats de T1 montraient que ce comportement était associé au burnout et au workaholisme. Mais l'étude longitudinale démontre que sur la durée le présentéisme est un comportement particulièrement pathogène : En effet, il prédit 15 mois plus tard les trois dimensions du burnout, (épuisement émotionnel - cynisme et efficacité professionnelle) ainsi que les troubles du sommeil et les idéations suicidaire. Il est encore associé longitudinalement aux problèmes psychosomatiques.

Le présentéisme est donc une conduite délétère. Curieusement cette variable n'est pas évoquée dans les verbatim laissés par les vétérinaires. Preuve s'il en est que nous n'avons pas toujours un accès conscient aux variables qui affectent notre santé.

Etant donné les effets négatifs de ces jours malades travaillés sur la santé, il est apparu nécessaire d'analyser plus en profondeur cette variable. D'autant plus qu'elle s'accorde bien avec l'idée d'être piégé, applicable aux théories du suicide aux vétérinaires.

- **Le présentéisme en fonction des caractéristiques socio-démographiques**

En ce qui concerne l'âge, il n'y a pas d'association linéaire avec le présentéisme, ni d'écart entre les générations, ce qui confirme que les plus jeunes ne rechignent pas devant la tâche. Ils vont autant au travail lorsqu'ils sont malades que leurs aînés. Dans certains pays, il apparaît même que les jeunes vétérinaires pratiquent plus le présentéisme que les anciens.

En ce qui concerne le genre, le présentéisme est plus élevé chez les femmes qui sont en moyenne présentent 13 jours par an en étant malade, alors cette moyenne s'élève à 11 jours chez les hommes. La différence est significative. Pour expliquer leur comportement, les femmes évoquent davantage « le souci des patients », « l'accumulation du travail » « être préoccupées par les collègues ». De leur côté, les hommes avancent davantage des arguments liés à la perte d'argent ou le fait de « pouvoir gérer la situation ».

Pour ce qui concerne le statut, le présentéisme est plus élevé chez les libéraux que chez les salariés, et les libéraux qui exercent seuls ont un présentéisme significativement plus élevé comparativement à ceux qui exercent avec d'autres collègues. Pour eux, le présentéisme correspond à la nécessité de répondre aux demandes des clients et à celle de « faire tourner » le cabinet.

Toutefois pour ceux qui exercent en établissement de soins avec plusieurs collègues, le présentéisme n'est pas fonction du nombre d'ASV, de vétérinaires salariés ou de collègues vétérinaires présents dans la structure. Autrement dit, si le présentéisme est davantage présent chez ceux qui exercent seuls, chez les autres, l'amplitude du nombre de collègues dans la structure n'a pas d'influence.

On note encore que le lieu d'exercice est associé au présentéisme. Ceux qui exercent en rural ont un présentéisme significativement plus élevé que ceux qui exercent en péri-urbain.

Concernant les espèces traitées, on ne note pas de différences significatives, même si dans les spécialités « équine », « animaux de compagnie » et « mixte », les jours travaillés alors qu'on est malade sont plus élevés qu'ailleurs.

Résumé.

La charge de travail perçue avec son débordement sur la vie privée apparaît comme un stresser majeur.

Les conflits avec les collègues et la peur de l'erreur et des blessures, les problèmes financiers figurent également parmi les sources de tension.

Le présentéisme, plus élevé chez les femmes, et les libéraux, est associé au burnout, aux troubles du sommeil, aux symptômes somatiques, et aux idéations suicidaires. On observe des écarts, mais pas de différence significative entre les spécialités.

6. Deux théories du suicide appliquées à la situation des vétérinaires

Pour mieux comprendre les déterminants des idéations suicidaires des vétérinaires, nous avons fait appel à deux théories parmi les plus influentes actuellement, à savoir la théorie Interpersonnelle du suicide de Joiner et ses collègues (2005) et le modèle intégré motivationnel-volontaire du comportement suicidaire de Gilbert et Allan (1998) avec ses deux variables, la défaite et le piégeage.

6.1 La théorie Interpersonnelle du suicide. (*Interpersonal Psychological Theory of Suicide, IPTS*).

A la base de la théorie interpersonnelle du suicide (IPTS) on trouve l'idée largement avérée que les individus ont un besoin fondamental d'appartenance. Le sentiment d'être connecté à quelque chose, offre immédiatement une raison de vivre, et si ce besoin n'est pas satisfait, s'ensuivent des effets délétères pour la santé, y compris des risques de suicide. L'isolement social est un des prédicteurs les plus forts et les plus fiables des idéations suicidaires, des tentatives, et des comportements suicidaires.

Le comportement suicidaire est ainsi causé par la présence simultanée de deux processus interpersonnels, **l'appartenance contrariée** et **la perception d'être un fardeau**. Mais pour que le passage à l'acte ait lieu, il faut encore que l'individu acquière **la capacité de se suicider**.

- **L'appartenance contrariée**

L'appartenance contrariée renvoie au sentiment d'être séparé des autres, seul, d'avoir un faible niveau de soutien social perçu, un faible sentiment de connectivité et de parenté. Le besoin fondamental d'appartenir n'est pas satisfait, le désir de mort se développe. Elle est composée de deux éléments : la **solitude douloureuse** et **l'absence de relations de soutien réciproque**.

La solitude douloureuse renvoie au besoin d'avoir des interactions fréquentes et positives (

L'absence de relations de soutien réciproque, renvoie à l'absence de relations dans lesquelles l'individu sent que d'autres s'inquiètent pour lui et dans lesquelles il s'inquiète pour les autres.

Autrement dit, la solitude, avoir peu d'amis, le retrait social, les conflits familiaux sont des indicateurs de l'appartenance contrariée.

« La solitude est sans doute le facteur essentiel des souffrances au travail car cela devient vite vertigineux sans rien ni personne pour se raccrocher ou grandir »

- **La perception d'être un fardeau**

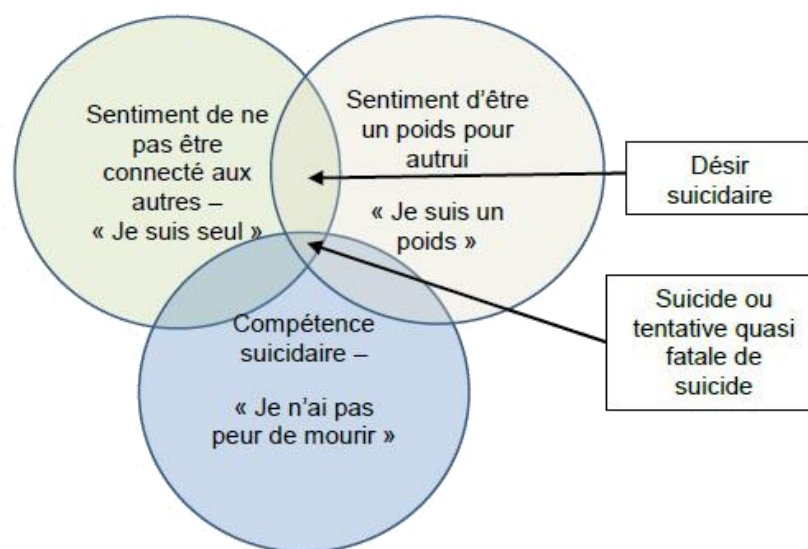
La perception d'être un fardeau fait référence à la conviction d'être tellement imparfait qu'on est devenu une charge pour les autres, que son existence ponctionne leurs ressources. Elle renvoie également aux cognitions chargées affectivement de haine de soi.

« Je suis gérante de ma clinique vétérinaire. J'aime mon travail mais je le subis [...] je me sens seule devant toutes les décisions, toutes les complications éventuelles [...] Parfois des idées noires mais pas en continu. Ma famille subit mes remarques permanentes concernant mes problèmes au travail. Mon mari supporte difficilement mon métier... j'amène beaucoup de stress à la maison. »

- **La capacité acquise à se suicider.**

D'après la théorie IPTS, le comportement suicidaire ne se déclenche qu'en présence de la capacité acquise à se suicider. Ce troisième facteur correspond à l'absence de peur face à la mort, et à l'augmentation de la tolérance face à la douleur.

On peut représenter graphiquement le modèle IPTS avec le diagramme suivant :



Le modèle du suicide de Joiner et al.

Comme ici ce sont les idéations suicidaires qui nous préoccupent, nous ne prendrons en compte que les variables qui les prédisent, l'appartenance contrariée et le sentiment d'être un fardeau.

6.2. Défaite et piégeage : le modèle de Gilbert et Allen.

Une autre approche théorique du suicide qui s'est développée parallèlement au modèle IPTS, s'intéresse à deux facteurs essentiels, **la perception d'être dans une situation de défaite** et **la perception d'être piégé**.

- **La perception de défaite.**

La défaite correspond aux sentiments d'impuissance et d'humiliation. Ce sentiment de défaite ne se limite pas à une position sociale décevante, mais renvoie au-delà, à la faillite de l'individu dans des entreprises variées, qu'elles concernent l'acquisition de ressources concrètes, ou la réalisation d'objectifs internes valorisés. 3 catégories d'événements qui peuvent induire une perception de défaite :

- Une perte de ressources sociales et matérielles précieuses ou l'échec à les atteindre (problèmes financiers, mais également le conflit entre vie problème et vie privée).
- Les dénigrements sociaux ou les attaques des autres (impact des relations problématiques avec les clients, conflits avec les collègues).
- Les sources internes d'attaque, telles que l'autocritique, les comparaisons sociales défavorables ou les ambitions irréalisables (sentiment de désavantage relatif par rapport à d'autres professions ...).

Les stressseurs qui engendrent la perception de défaite sont de nature variée. Toute expérience qui conduit à la perception d'un échec important des d'objectifs hiérarchiques, y compris la perte d'un rôle, d'une position, ou d'une ressource, peut donner l'impression d'être vaincu.

- **La perception d'être piégé.**

Le piégeage apparaît quand la motivation à s'échapper de la situation menaçante ou stressante est bloquée car la situation est perçue inévitable, irrévocable, sans possibilité d'en sortir, que ce soit par sa propre volonté ou par l'intervention d'autrui. Comme pour la défaite, les individus peuvent se sentir piégés par des événements ou des éléments externes (exigences professionnelles, relations conflictuelles), ou internes (problèmes de santé, pensées intrusives, etc.).

En T1 et en T2, l'étude a introduit dans le questionnaire des échelles validées destinées à mesurer les variables des deux théories présentées ci-dessus.

6.3 Résultats.

Au niveau transversal, que ce soit en T1 ou en T2, on observe des corrélations fortes entre les variables des deux modèles théoriques d'une part et les idéations suicidaires d'autre part. Ceci suggère donc que les variables des deux modèles (Appartenance contrariée, sentiment d'être un fardeau et sentiment de défaite et de piégeage) sont fortement associées aux idéations suicidaires.

- **Les variables « suicide » des théories IPTS et VMI prédisent-elles les idéations suicidaires 15 mois plus tard ?**

La perception d'être un fardeau est significativement associée aux items opérationnant les idéations suicidaires : chez les vétérinaires l'idée que l'on est devenu une charge pour les autres, la détestation de soi, sont associées aux idéations suicidaires.

« Gestion de la vie de famille et personnelle compliquée du fait d'une quantité de travail demandée. J'ai l'impression d'être parfois mis de côté à la maison car je suis plus souvent absent... »

Le sentiment d'être piégé apparaît quand la motivation à s'échapper de la situation menaçante ou stressante est bloquée : dans l'échantillon, le sentiment d'être piégé est la variable la plus fortement associée aux idéations suicidaires, que l'on prenne les items individuellement ou que l'on prenne le score global.

« En résumé sentiment d'être pris au piège par la vie professionnelle, par la nécessité de répondre aux demandes et attentes des clients, somme toute légitime, mais rarement reconnu, surtout en disponibilité, notamment au dépend de notre vie personnelle et par le côté économique qui empêche de prendre la décision d'essayer de travailler moins. »

L'ensemble de ces variables (appartenance contrariée, fardeau et piège) expliquent 29% de la variance des idéations suicidaires 15 mois plus tard, après contrôle des variables âge et genre.

Se pose alors est la question suivante : quelles sont les variables qui engendrent le sentiment d'appartenance contrariée, d'être un fardeau ou encore d'être piégé ?

- **Caractéristiques sociodémographiques et variables « de suicidalité »**

Le genre : on n'observe pas de différence selon le genre pour les dimensions « appartenance contrariée » et « perception d'être un fardeau ». Et concernant le sentiment d'être piégé, on observe seulement une tendance. Il est certes plus élevé chez les femmes que chez les hommes mais la différence n'est pas significative : Notons toutefois qu'en T1, la différence hommes / femmes est significative.

Pour ce qui concerne la variable « capacité à de donner la mort » dans l'analyse des idéations suicidaires, les hommes ont un score plus élevé que les femmes. La réduction de la peur de mourir et l'augmentation de la tolérance à la douleur physique sont plus prononcées pour le genre masculin. Ce résultat est cohérent avec le fait que le taux de suicide, en France comme ailleurs, (et non les tentatives de suicide) est plus élevé chez les hommes.)

L'âge n'est corrélé avec aucune des variables des théories IPTS ni avec le sentiment d'être piégé.

Dans T1 le couple avait un aspect protecteur : ceux qui vivaient en couple avait par exemple moins d'épuisement émotionnel. En fait, en T2, le statut matrimonial n'est associé ni à la « perception d'être piégé » ni à « l'appartenance contrariée », ni à la « capacité acquise à se donner la mort ». **En revanche, ceux qui vivent en couple (vs. seul), ont davantage le sentiment d'être un fardeau** et les scores ne diffèrent pas significativement entre les hommes et les femmes. Or le sentiment d'être un fardeau est l'une des variables les plus associées aux idéations suicidaires 15 mois plus tard. Tout se passe comme si le sentiment d'être un fardeau pour son conjoint ou sa famille était une des motivations à envisager le suicide.

Il est plus probable de ressentir une appartenance contrariée lorsque l'on a des enfants à charge, ce fait est confirmé par l'étude ; autrement dit, il est plus probable de se sentir séparé des autres, d'être seul, d'avoir un faible sentiment de connectivité et de parenté lorsque l'on a des enfants.

Les spécialités « rural », « équine » « mixte » ne diffèrent pas de l'ensemble de leurs collègues des autres spécialités. En revanche, les vétérinaires de la spécialité « **animaux de compagnie** » ont des scores plus élevés que leurs collègues des autres spécialités sur les variables **sentiment de défaite** et **sentiment d'être piégé**. Ils tendent à avoir des scores significativement plus élevés d'**appartenance contrariée**. Or cette spécialité, comparativement aux autres, souffre davantage d'épuisement émotionnel, de troubles du sommeil et d'idéations suicidaires.

Les vétérinaires de la spécialité « **élevage** » ainsi que les « **spécialistes** » ont des scores plus faibles que leurs collègues sur l'ensemble des variables. Cependant, leur nombre étant réduit les tests statistiques

n'indiquent pas de différence significative. Les trois autres spécialités (Industrie labo, Fonctionnaire ISP, Enseignant-chercheur) ne sont pas suffisamment représentées dans notre échantillon pour que nous les prenions en compte. De plus, le questionnaire n'est pas vraiment adapté à la spécificité de ces métiers.

Concernant le statut, libéral, collaborateur libéral, salarié, les libéraux diffèrent des autres sur une seule variable : **l'appartenance contrariée** sur laquelle ils ont un score moyen plus élevé. Inversement les collaborateurs libéraux perçoivent moins que leurs collègues ce phénomène d'appartenance contrariée.

- **Les caractéristiques du travail.**

L'étude a cherché à savoir s'il existait un lien longitudinal entre le contenu du travail et les variables des théories du suicide ?

Les analyses montrent que les gardes, de mois ou de week-end, n'ont pas d'influence significative. En revanche, l'influence du nombre de clients vus par jour et du présentéisme est démontrée ce qui permet de conclure à une grande cohérence de l'ensemble des résultats.

Le nombre d'heures travaillées par semaine est corrélé significativement au sentiment d'être un fardeau. Or ce sentiment est fortement lié aux idéations suicidaires. Cependant, le nombre d'heures travaillées n'est pas corrélé aux autres variables des théories du suicide ce qui confirme la relative influence de l'amplitude horaire sur la santé.

Le nombre de clients reçus par jour entame la santé des vétérinaires, mais elle accroît aussi les risques de développer des sentiments conduisant au suicide, à savoir, appartenance contrariée, être un fardeau pour les siens, sentiment de défaite et piègeage.

Il est par ailleurs probable que l'irrespect, les incivilités et les comportements agressifs des clients jouent ici un rôle important.

De son côté le présentéisme est associé à trois des quatre variables « suicide ». Plus les vétérinaires travaillent un nombre élevé de jours alors qu'ils sont malades, plus, quinze mois plus tard :

- ils ont un sentiment d'appartenance contrariée, c'est à dire d'être seul, de ne pas être connecté aux autres ($r = .11, p < .05$).
- ils ont un sentiment de défaite, c'est-à-dire d'impuissance, de lutte ratée ($r = .09, p < .05$).
- ils ont un sentiment d'être piégé, de ne pouvoir sortir de leur situation ($p < .15, p < .01$)

On voit donc émerger deux variables qui ont un lien avéré avec la santé des vétérinaires. Les relations avec les clients d'une part, le présentéisme d'autre part.

- **Liens entre stressseurs au temps 1 et variables de suicidalité au temps 2.**

Une des questions essentielles de cette recherche est de savoir l'influence des stressseurs professionnels sur la durée. Ces stressseurs prédisent-ils les variables clés des théories du suicide ? Si c'était le cas, nous disposerions ainsi de leviers sur lesquels nous appuyer pour améliorer la santé des vétérinaires.

Trois catégories de stressseurs émergent avec un poids relatif significatif sur les variables de suicidalité 15 mois plus tard : les problèmes financiers, la charge de travail et son interférence sur l'articulation vie professionnelle - vie privée, et la crainte de l'erreur.

- **Les problèmes financiers** sont fortement associés aux appartenances contrariées, aux sentiments d'être un fardeau, au sentiment de défaite et à celui d'être piégé.

Ce résultat est en opposition avec la représentation que le public se fait des vétérinaires. Toutefois, la responsabilité de la structure et sa santé financière sont des préoccupations fréquemment évoquées par les vétérinaires. Cette question est quasiment absente des publications sur la profession, alors qu'elle représente un facteur de risque pour les comportements suicidaires en population générale. Ce facteur ne reflète pas uniquement les inquiétudes financières d'un dirigeant d'entreprise, il intègre aussi des craintes qu'éprouvent libéraux et salariés à propos des coûts élevés pour assurer un service de qualité. Pour cette raison, les vétérinaires qui rencontrent des difficultés financières dans la gestion de leur établissement devraient bénéficier de la plus grande attention de la part de leur entourage, qu'il soit familial, amical ou professionnel.

« Le fait d'avoir peur de tomber malade et de ne pas pouvoir être remplacé sur la période ce qui mettrait l'équilibre financier ou l'existence de la structure en grand péril ».

- **La charge de travail et l'équilibre vie professionnelle / vie privée** est également associée aux variables de suicidalité : **sentiment d'appartenance contrariée, sentiment d'être un fardeau** ; plus la charge de travail est élevée, plus elle interfère sur la vie privée et la vie familiale, et moins la personne a de temps et d'énergie à consacrer à ses proches. Cette charge de travail engendre également un **sentiment de défaite, celui d'être piégé** et c'est avec ces deux variables qu'elle a le lien le plus fort. Tout se passe comme si, face aux exigences relatives à une charge de travail trop importante, les vétérinaires ressentent un sentiment d'impuissance, d'échec, faute de pouvoir atteindre leur objectif. Et ces ressentis débouchent sur la perception d'être piégé, d'être bloqué dans cette situation irrévocable

« Je n'ai à ce jour aucune vie personnelle et encore moins de vie de famille ne serait-ce qu'envisageable. Mais les gens semblent contents de mon investissement. Je ne sais pas estimer quel prix a ce "simple" contentement (déjà une bien jolie marque de reconnaissance) et dans quelle mesure j'y laisserai des plumes, une aile ou une cuisse, voire une vie (au sens de vie vécue pas au sens de vie/mort, même si ce n'est pas beaucoup plus "heureux" de se rendre compte qu'on ne vit pas vraiment sans pour autant être mort) ».

- **La peur de l'erreur** figure également, mais à un degré moindre parmi les prédictors des variables associées aux idéations suicidaires. Si elle ne prédit pas significativement le sentiment d'être un fardeau, elle tend à être associée à la perception d'appartenance contrariée et au sentiment d'être piégé, et elle est associée significativement au sentiment de défaite. Commettre une erreur représente en soi une sorte d'échec, mais cette peur est fortement associée à deux autres stressseurs, la détresse des clients et la peur d'être blessé. Face à des clients affligés, les vétérinaires ressentent une tension supplémentaire à l'idée d'aggraver la situation en commettant une erreur.

« Par rapport aux questions sur le sommeil, j'ai tendance à me réveiller en réalisant les oublis / erreurs de la veille, et je fais énormément de cauchemars dès que je suis un peu reposée (en vacances notamment) »

- **Les conflits et tensions avec les collègues** ne prédisent pas les variables du modèle IPTS. En revanche, ils sont associés au sentiment de défaite, et, mais c'est une tendance, à celui d'être piégé.
- **La peur d'être blessé** est associée au cynisme, aux troubles somatiques, et aux idées suicidaires. Ici, elle est « seulement » associée au sentiment d'être un fardeau. Tout se passe donc comme si, bien qu'elle entraîne des idées de suicide, cette crainte n'était pas médiatisée par la plupart des variables de suicidalité incluses dans notre recherche.
- **La Douleur et détresse des clients et la négligence voire maltraitance des clients** ont sans nul doute une répercussion émotionnelle chez les vétérinaires, toutefois au niveau de l'étude on n'observe aucun lien, tout au plus une tendance non significative : la détresse des clients tend à être associée au sentiment d'être piégé.

Résumé.

Le sentiment d'être un fardeau et celui d'être piégé prédisent les idées suicidaires 15 mois plus tard.

La spécialité « animaux de compagnie » connaît les scores les plus élevés sur le sentiment de défaite et celui d'être piégé et l'âge n'est pas associé aux variables de suicidalité.

Concernant les caractéristiques objectives du travail, l'amplitude horaire hebdomadaire prédit le sentiment d'être un fardeau pour son entourage. A nouveau, on constate que le nombre de clients vus par jour et le présentisme ont des effets délétères et ces variables sont associées à l'appartenance contrariée, au sentiment de défaite et à celui d'être piégé. De plus le nombre de client est associé au sentiment d'être un fardeau.

<p>Chez les vétérinaires de notre échantillon, les difficultés financières, la charge de travail, et dans une moindre mesure la peur de l'erreur, et celle d'être blessé, les conflits avec les collègues, représentent les meilleurs prédicteurs des variables de suicidalité.</p>

7. L'influence des facteurs de personnalité

Certains stressseurs professionnels, impactent la santé des vétérinaires, toutefois un débat récurrent concerne la place de ces facteurs face aux facteurs de personnalité pour expliquer la santé psychologique et somatique des individus. Est au niveau des caractéristiques intrinsèques à la personne, de sa personnalité, que se situeraient les explications ?

S'il existe un lien entre des traits de personnalité comme le névrosisme et le burnout ou le suicide, l'influence de l'environnement est confirmé. La recherche a ainsi été complétée en prenant en compte conjointement les caractéristiques de l'environnement de travail des vétérinaires (les stressseurs) et les facteurs de personnalité dans la prédiction des critères de santé 15 mois plus tard. Deux facteurs de personnalité ont été retenus, **le noyau de l'évaluation de soi** et le **workaholisme**.

7.1 Le noyau de l'évaluation de soi ou concept du soi positif :

Ce trait de personnalité représente les évaluations fondamentales que les personnes font à propos de leurs qualités, de leurs compétences et de leur potentiel. Il s'agit d'une conception globale et stable de la personnalité qui prédit la satisfaction et la performance au travail. Ce noyau de l'évaluation de soi (N.E.S) est également un prédicteur des performances au travail et des comportements de citoyenneté organisationnelle. Enfin ceux qui ont un N.E.S élevé considèrent leur emploi et leur lieu de travail comme plus attrayants.

Cette variable réunit ainsi en un seul construct quatre dimensions sous-jacentes qui jouent un rôle majeur dans notre rapport au travail :

- **L'estime de soi** ou l'évaluation que l'individu fait de lui-même.
- **Le sentiment d'efficacité personnelle généralisée** ou les perceptions qu'un individu a de sa compétence fondamentale à faire face aux exigences de la vie.
- **Le névrosisme vs. la stabilité émotionnelle** ou la tendance d'un individu à éprouver des émotions négatives, à être instable émotionnellement. Les personnes ayant des scores élevés de névrosisme ont une vision critique d'elles-mêmes et sont très sensibles aux critiques formulées à leur égard, d'où un niveau de stress élevé.
- **Le locus de contrôle** ou le degré selon lequel l'individu croit qu'il contrôle les événements de sa vie (locus interne) ou que l'environnement, le destin, ou d'autres personnes contrôlent ces événements (locus externe). Il exprime la confiance de l'individu dans sa capacité à contrôler les résultats.

7.2. Le noyau de l'évaluation de soi chez les vétérinaires.

La corrélation entre le noyau de l'évaluation de soi en T1 et T2 est particulièrement élevée, ce qui signale le côté persistant de ce trait de personnalité : ceux qui ont un N.E.S élevé (ou faible) en T1, ont toujours un N.S.E. élevé (ou faible) en T2. Pour autant il ne paraît pas non plus immuable, et heureusement : la personne qui possède un faible noyau de l'évaluation de soi peut espérer, à la faveur d'expériences positives, voir son estime de soi et son auto-efficacité s'améliorer. Le soutien des collègues, la reconnaissance au travail figurent parmi les facteurs qui contribuent à cette évolution.

- **Le noyau de l'évaluation de soi en fonction du genre :**

En T1 comme en T2, que les femmes ont un noyau de l'évaluation de soi plus faible que les hommes. Elles évaluent donc moins favorablement leurs qualités, leurs compétences, leur potentiel, avec une moindre estime de soi, un moindre sentiment d'efficacité. Ces différences pourraient avoir un lien avec la considération des femmes dans une profession aux valeurs masculines.

- **Le noyau de l'évaluation de soi en fonction de l'âge :**

En T1 comme en T2, les plus jeunes générations ont des scores plus faibles.

Le noyau de l'évaluation de soi diminue (donc la santé psychologique se dégrade) au fur et à mesure que l'on passe des générations d'anciens, les boomers et les X, aux générations les plus jeunes, les Y et les Z. Donc aujourd'hui, les plus jeunes vétérinaires sont caractérisés par une évaluation de soi plus négative.

Ce résultat devrait alimenter les réflexions concernant les rapports entre les générations.

7.3. Noyau de l'évaluation de soi et perception des stressés.

Le noyau de l'évaluation de soi influence la perception des caractéristiques de l'emploi. Pour ceux qui ont un N.E.S élevé, l'emploi paraîtrait plus attractif et les tensions ressenties seraient plus faibles. Ce phénomène est également observé chez les vétérinaires chez qui quel que soit le stressé considéré, il est toujours associé négativement au N.E.S. **Plus les vétérinaires ont un noyau de l'évaluation de soi élevé, moins les stressés de leur environnement de travail leur paraissent prégnants. Tout se passe comme si cette variable avait un rôle de filtre protecteur.**

La question sera alors de savoir quels éléments de l'environnement de travail seront suffisamment robotiques pour alimenter un noyau de l'évaluation de soi élevé chez les vétérinaires.

- **Noyau de l'évaluation de soi (T1) perception des stressés (T1) et variables de santé (T2).**

Qu'en est-il de l'influence des stressés sur la santé des vétérinaires une fois pris en compte les facteurs de personnalité ?

Le **noyau de l'évaluation de soi** ou **concept de soi positif**, est associé très significativement à l'ensemble des variables de santé, qu'il s'agisse du burnout, des troubles somatiques, des troubles du sommeil et des idées suicidaires. Ces résultats confirment à quel point ce facteur de personnalité est une ressource positive.

Toutefois, une fois prise en compte cette caractéristique intra-individuelle, on constate que la part de variance expliquée par les stressés demeure importante. Après avoir pris en compte le noyau de l'évaluation de soi, la **charge de travail** continue à prédire l'épuisement émotionnel **15 mois plus tard**, elle demeure associée aux troubles somatiques et aux troubles du sommeil, et reste associée, mais ce n'est qu'une tendance au sens statistique, au sentiment de défaite, et à celui d'être piégé.

La charge de travail demeure donc un stressor particulièrement préoccupant, lorsque l'on prend en compte les propriétés psychologiques des individus. Mais elle n'impacte pas significativement les variables de suicidalité.

En revanche, **les inquiétudes financières**, sont associées exclusivement aux variables de suicidalité. Si elles ne sont associées ni au burnout, ni aux troubles somatiques ou du sommeil, en revanche, elles prédisent les idéations suicidaires, l'appartenance contrariée, le sentiment d'être un fardeau et le sentiment de défaite. A noter que ces inquiétudes concernent tout autant les salariés que les libéraux.

Les conflits avec les collègues conduisent à ressentir des troubles somatiques et du sommeil. Ils tendent à être associés au cynisme et au sentiment d'être un fardeau.

La peur d'être blessé prédit le cynisme, les troubles somatiques et, mais c'est une tendance, la crainte d'être un fardeau. A noter que ces liens concernent principalement les femmes.

Les autres stressors, à savoir **la détresse des clients, la négligence des clients, le sentiment d'avoir un travail, le travail morcelé et la peur de l'erreur**, n'ont ici aucun pouvoir prédictif à long terme, après contrôle de l'âge, du genre et du statut.

7.4 Le workaholisme

Le workaholisme est la seconde variable de personnalité prise en compte. Il s'agit d'une « compulsion ou un besoin incontrôlable de travailler sans cesse », un « besoin de travailler devenu tellement excessif qu'il perturbe de façon notable sa santé, son bonheur et ses relations ». Les workaholiques consacrent de longues heures à leur travail, et ressentent un besoin de travailler qui découle d'une compulsion intérieure incontrôlable. Ces heures passées ne sont pas pour autant synonymes productivité en raison de l'absence de périodes de récupération ; de plus les attitudes et comportements associés au workaholisme entravent la réalisation d'un travail de qualité en engendrant un mauvais climat organisationnel : les workaholiques refusent de déléguer leurs tâches, sont peu coopératifs ont tendance à contrôler constamment leurs employés. Au niveau individuel, le workaholisme a des effets délétères sur la santé physique et psychologique, et est associé au burnout, au stress professionnel, et à une diminution de la santé physique et psychologique.

Le workaholisme contribue au débordement du travail sur la vie privée, car il ne laisse plus de temps ni d'énergie pour des loisirs ou une vie sociale ou familiale, en conduisant à penser constamment à son travail. Le workaholique n'a donc aucun moment à consacrer pleinement à ses proches, ce qui engendre des conflits familiaux.

- **Le workaholisme chez les vétérinaires :**

L'échelle de mesure du workaholisme croise les notions de travail excessif et de travail compulsif, et répartit l'échantillon en quatre catégories :

	Travail Excessif Faible	Travail Excessif Elevé
Travail Compulsif Faible	Positifs	Acharnés
Travail Compulsif Elevé	Compulsifs	Workaholiques

La phase T1 de l'enquête a montré à quel point le workaholisme était présent chez les vétérinaires et correspondait à une attitude délétère. Il était associé négativement à l'ensemble des critères de santé. Avec l'introduction en T2 des variables de suicidalité, les premiers résultats sont confirmés et précisés :

Concernant l'épuisement émotionnel, les workaholiques ont un score significativement supérieur aux trois autres groupes. Les scores des travailleurs acharnés et des compulsifs ne diffèrent pas.

Pour les troubles du sommeil, les workaholiques ont des scores significativement supérieurs aux acharnés et aux travailleurs positifs.

Les workaholiques, (qui ont des scores identiques aux travailleurs compulsifs dans certains cas (cynisme, troubles du sommeil et idéations suicidaires) ont toujours, **15 mois plus tard**, des scores de **mauvaise santé**, supérieurs aux travailleurs acharnés et aux travailleurs positifs. C'est donc une des causes de la santé dégradée des vétérinaires et de leurs risques de suicide.

Si analyse le lien entre les quatre profils en T1 et les variables de suicidalité en T2, 15 mois plus tard il y a à nouveau une association qui témoigne de l'aspect corrosif du travail compulsif. Quelle que soit la variable de suicidalité considérée (appartenance contrariée, sentiment d'être un fardeau, sentiment de défaite), les workaholiques (et les compulsifs) ont toujours des scores supérieurs aux travailleurs positifs et aux travailleurs acharnés. C'est donc bien la dimension « compulsion », signature du workaholisme qui crée la différence.

En d'autres termes, avoir une dépendance vis-à-vis de son travail, une addiction dont nous avons vu lors du premier rapport qu'elle caractérise un pourcentage élevé de vétérinaires, prédit un risque de mauvaise santé psychologique et physique et un risque de suicide.

- **Le workaholisme en fonction des générations :**

Le workaholisme concerne toutes les générations, mais il est plus élevé et plus présent parmi les plus jeunes : au sein de la génération Z, (22-26 ans), les compulsifs et les workaholismes sont 64.7 % alors que les travailleurs positifs et excessifs sont 35.2%. Ces pourcentages passent à 53.7% et 46.4% chez les Y (27-42 ans), puis à 45.8% et 54.2% chez les X (43-58 ans) et enfin à 30% et 70% chez les boomers (59-77 ans).

Ceci dément une fois de plus l'idée que les plus jeunes seraient dégagés de leur travail. Si l'on regarde ceux qui sont sortis récemment de l'école, c'est à dire la génération Z, celle des 22-26 ans au moment du recueil des données, on constate qu'ils apparaissent, proportionnellement, aussi nombreux à être

workaholiques comparativement aux générations suivantes, et plus nombreux à être des travailleurs compulsifs.

Tout se passe si, ces dernières années, les jeunes professionnels sortant des écoles avaient, quasiment aux deux tiers, soit des profils de travailleur compulsif, soit des profils de workaholique.

Ces plus jeunes sont beaucoup moins nombreux parmi les travailleurs excessifs (5.1%). Mais c'est également le cas dans une certaine mesure pour la génération suivante (les Y, 27-42 ans), qui sont 14.3% à appartenir à ce profil alors que les X (43-58 ans) et les Boomers (≥ 59 ans) sont 22.5% et 19.8 respectivement. On note par ailleurs que 50% de ces derniers correspondent à des travailleurs positifs, qui ne travaillent ni excessivement, ni compulsivement.

- **Workaholisme et stressseurs perçus. Leur influence sur la santé des vétérinaires.**

Les stressseurs perçus par les vétérinaires influent-ils toujours leur santé lorsque l'on prend d'abord en compte le poids de leur workaholisme ?

L'étude en T2 confirme que le workaholisme entraîne une mauvaise santé physique et psychologique ainsi que des risques de suicide. Sa dimension essentielle, son caractère compulsif et addictif est associée à l'ensemble des variables de santé qu'il s'agisse du burnout, des troubles somatiques ou des troubles du sommeil, des idéations suicidaires ainsi qu'à l'ensemble des variables de suicidalité, alors que la dimension « travail excessif » n'est associée qu'à l'épuisement émotionnel.

Mais même après la prise en compte du workaholisme, certains stressseurs contribuent également, dans une moindre proportion, à détériorer la santé des vétérinaires 15 mois plus tard. C'est le cas de la **charge du travail et son débordement sur la vie privée, les inquiétudes financières, la crainte des blessures, les conflits avec les collègues, et la peur des erreurs.**

Résumé.

Dans l'échantillon, le noyau de l'évaluation de soi (ou concept de soi positif) est plus élevé chez les hommes que chez les femmes et plus élevé chez les plus vieux comparativement aux plus jeunes. Il contribue à une perception plus faible des stressseurs.

Le noyau de l'évaluation de soi est associé à toutes les variables de santé et de suicidalité retenue dans cette recherche.

Après prise en compte du noyau de l'évaluation de soi, on observe que la charge de travail, les inquiétudes financières, les conflits avec les collègues, et la crainte des blessures ont toujours un impact sur la santé et la suicidalité des vétérinaires.

Le workaholisme est plus présent chez les femmes et chez les plus jeunes. Il est associé 15 mois plus tard à toutes les variables de santé et de suicidalité.

Après prise en compte du workaholisme, les inquiétudes financières, la crainte des blessures, les conflits avec les collègues, la peur de l'erreur et la charge de travail prédisent les variables de santé et de suicidalité des vétérinaires.