



L'ORTHOPHONISTE

N° 406 | Février 2021

Défense de la profession

LA FNO GAGNE UNE BATAILLE !

EXERCICE LIBÉRAL

Forfait d'aide à la modernisation et l'informatisation du cabinet professionnel

ÉTHIQUE

Être orthophoniste par temps de Covid

IDENTITÉ PROFESSIONNELLE

Les sciences orthophoniques

État des lieux

de l'expérience des orthophonistes français·es

face à l'épuisement professionnel



Charline Lafont, orthophoniste, membre de l'ERU 44 du Lurco

Les orthophonistes peuvent-ils être touché·es par le burn-out, l'épuisement professionnel ? Sous quelles conditions ? Ces questions singulières ont été au cœur d'une réflexion soutenue par le Lurco et l'Unadréo dans le cadre d'un mémoire de fin d'études encadré par Sylvia Topouzkhian et soutenu dans le Centre de formation universitaire en orthophonie de Lyon (ISTR – Lyon 1). L'objectif principal était de pouvoir interroger les orthophonistes sur le vécu de leur métier et notamment sur leur possible rapport avec l'épuisement professionnel.

Dans l'imaginaire collectif et bien souvent pour un public qui a déjà côtoyé de près ou de loin un orthophoniste, l'orthophonie revêt une image plutôt positive. C'est, entre autres, un métier du milieu paramédical, spécialiste de la communication, qui est varié, qui ne connaît pas le chômage et qui est bien payé, surtout à l'hôpital... ! Bon, après la mise de côté de certains clichés, le revers de la médaille est bien différent. Pour exemple, de manière générale

l'ensemble des aspects liés à l'auto-entreprenariat imposés par le libéral sont très peu abordés dans les études d'orthophonie et nombreux sont les orthophonistes qui, en début d'activité libérale peuvent être étonnés du poids de la charge administrative. Par ailleurs, pour l'orthophoniste tout ce qui concernera ses doutes, ses remises en question, et son possible épuisement professionnel pourra être un sujet de discussion si l'interlocuteur est une personne qui côtoie le même milieu professionnel ou si cette

personne fait partie de sa vie personnelle. Ou encore, si l'interlocuteur est prêt à écouter et à interroger cet·te orthophoniste sur son vécu, sans émettre d'attente ou de jugement. Toute la symbolique de ce travail avait comme objectif principal de donner de la voix à ces orthophonistes, professionnels de la communication, à propos du vécu de leur métier, dont l'essence même est de se tourner vers l'autre. Prennent-ils l'habitude de s'accorder du temps pour eux et de se connaître ? Faut-il se connaître soi-même pour être



un bon soignant ? Peut-on être un bon soignant sans connaître ses limites ? Les orthophonistes peuvent-ils être confrontés au burn-out et dans quelle mesure ?

Ces dernières années, et d'autant plus depuis la période sanitaire particulière que le monde a traversée en 2020, la recherche de l'épanouissement et du bien-être dans son travail est devenue incontournable pour beaucoup d'entre nous.

Tout d'abord quelle est la définition du burn-out dont la traduction française a donné le mot d'épuisement professionnel ?

La définition de ce phénomène ne fait pas consensus parmi les auteurs. Pour certains, il correspond à « un état d'épuisement physique, émotionnel et mental lié à une longue exposition à des situations qui exigent une implication émotionnelle importante » (Pines et Aronson, 1988). D'autres auteurs encore le désignent comme « un état dysphorique et dysfonctionnel, lié aux attentes professionnelles d'un individu qui ne présente pas de troubles psychopathologiques plus marqués, mais qui a fait preuve, dans des conditions professionnelles similaires, de performances et de réactions émotionnelles adaptées et qui, sans aide extérieure ou modification de ses conditions de travail, est dans l'incapacité de revenir à ses niveaux antérieurs » (Brill, 1984). Enfin, l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS) déclare que « les professionnels peuvent être concernés par un risque de burn-out s'ils retrouvent un écart trop important entre leurs propres attentes, la représentation qu'ils ont de leur métier

(portée par des valeurs et des règles) et la réalité du travail. Le burn-out doit être considéré comme le stade final d'une rupture d'adaptation. Plus schématiquement, chez une personne en burn-out, la balance intérieure mesurant la différence entre les bénéfices et les risques se retrouve complètement déséquilibrée et ne permet pas à l'individu de continuer à faire face aux difficultés professionnelles quotidiennes qu'il rencontre. En l'occurrence, le phénomène de l'épuisement professionnel peut prendre l'apparence d'une balance qui serait déséquilibrée. Avec, d'une part, les exigences de l'environnement et les attentes professionnelles puis, d'autre part, les ressources de l'individu et la représentation qu'il a de son métier. Les risques liés au métier deviennent alors plus imposants que les bénéfices. L'épuisement émotionnel peut alors déclencher une remise en cause de l'investissement initial pour le métier choisi.

La littérature recense plusieurs facteurs de risques pouvant amener à l'épuisement professionnel. Certains peuvent être retrouvés chez tous les travailleurs comme la surcharge de travail et les conflits de rôles, qui résultent d'un déréglage entre les attentes professionnelles, reconnues de manière officielle et les contraintes qui entraînent l'omission de bonnes pratiques, ou encore les

conflits de valeurs qui dépendent de la personnalité de l'individu. Mais d'autres facteurs de risques inhérents au milieu du soin existent comme par exemple la confrontation à la souffrance.

Les signes d'apparitions d'un burn-out ont également été décrits dans la littérature. Il est possible d'en regrouper une partie en deux catégories : premièrement, les signes physiques qui comprennent un taux de fatigue élevé et anormal, auxquels peuvent s'ajouter, des perturbations du sommeil qui ne donnent pas la possibilité à l'individu de se ressourcer énergétiquement ou encore la présence de céphalées inhabituelles. Par ailleurs, des signes émotionnels inaccoutumés peuvent aussi ressortir comme une dépersonnalisation ou une irritabilité.

La mise en lien des orthophonistes et de l'épuisement professionnel a été faite pour la première fois par l'association Ora (Ortho réflexions et action) qui, en 2017, a proposé un questionnaire en ligne sur le sujet. Parmi les 541 orthophonistes ayant répondu, 32 % s'estimaient proches de l'épuisement. Cette donnée permet de questionner les orthophonistes sur le vécu de leur métier mais également d'interroger la nature des facteurs de risque reconnus de l'épuisement professionnel qui rencontreraient le plus d'occurrences chez les orthophonistes.



Pour répondre à ces problématiques, une étude mixte a été utilisée et s'est déroulée en deux temps. Elle a tout d'abord débuté par une recherche de données quantitatives. Pour cela, un questionnaire avec des interrogations portant, par exemple, sur la situation personnelle, la pratique actuelle et sur l'expérience des orthophonistes avec l'épuisement professionnel a été proposé. Ce questionnaire diffusé dans la France entière a été rempli par 1 350 orthophonistes soit 5,3 % de la population française totale des orthophonistes. Les orthophonistes interrogés disposent donc d'un certificat de capacités d'orthophoniste (CCO), ou d'une équivalence leur permettant d'exercer en France, dans le cas où leur diplôme aurait été obtenu dans un autre pays (Belgique, Canada, Suisse ou autre). La représentativité de la population transparait également à propos des régions d'exercice, comme indiqué dans le tableau ci-dessous :

Régions	Données DRESS	Échantillons	Pourcentage données DRESS	Pourcentage échantillon
Auvergne - Rhône-Alpes	3 439	271	13 %	20,1 %
Bourgogne - Franche-Comté	742	26	2,9 %	1,9 %
Bretagne	1 319	80	5,2 %	5,9 %
Centre-Val de Loire	783	33	3,1 %	2,4 %
Corse	111	4	0,4 %	0,3 %
Grand Est	1 890	107	7,4 %	7,9 %
Hauts-de-France	2 582	108	10,1 %	8,0 %
Île-de-France	4 636	185	18,1 %	13,7 %
Normandie	928	49	3,6 %	3,6 %
Nouvelle-Aquitaine	1 915	139	7,5 %	10,3 %
Occitanie	2 728	130	10,7 %	9,6 %
Pays de la Loire	1 360	73	5,3 %	5,4 %
Provence - Alpes-Côte d'Azur	2 395	114	9,4 %	8,4 %
Guadeloupe	124	4	0,5 %	0,3 %
Martinique	116	1	0,5 %	0,1 %
Guyane	36	0	0,1 %	0,0 %
La Réunion	493	26	1,7 %	1,9 %
Mayotte	10	0	0,0 %	0,0 %
Totaux	25 607	1 350	100 %	100 %

Dans le questionnaire, ils ont notamment pu répondre à la question suivante : vous sentez-vous concerné par l'épuisement professionnel ? Leurs réponses ont été comparées à des données récoltées sous forme d'échelles de Likert qui s'intéressaient à des ressentis portant notamment sur la qualité de leur sommeil, le soutien de leur entourage, le degré de leurs préoccupations financières ou encore sur leur capacité à équilibrer leur vie personnelle et leur vie professionnelle.

Dans un second temps, un recueil de données qualitatives, permis par des entretiens semi-dirigés a été réalisé. Douze orthophonistes ont été sélectionnées parmi les 1 350 répondants, en fonction de certaines de leurs réponses et de leur région d'exercice. Il s'est trouvé que ces douze orthophonistes étaient exclusivement des femmes. Ces entretiens ont tous pu avoir lieu en face à face, en février 2020, ont été combinés à un enregistrement audio, ce qui a permis une retranscription fiable des paroles et expériences de chacune. De plus, un guide d'entretien a été utilisé. Ce dernier a été construit en regard des réponses au questionnaire. Il explorait notamment les thèmes suivants : la situation personnelle et familiale, le parcours professionnel incluant le choix de l'orthophonie, l'exercice de la pratique orthophonique, le sujet de l'épuisement professionnel, la santé et la reconversion éventuelle.

Répartition des orthophonistes interrogés selon leur statut et l'année d'obtention du CCO

Dénomination	Dernier statut en tant qu'orthophoniste	Année d'obtention du diplôme
01	Pause - Libéral	2016
02	Libéral - Titulaire	2013
03	Libéral - Titulaire	2010
04	Salariat	2016
05	Libéral - Titulaire	2000
06	Mixte - Collaboratrice	2014
07	Libéral - Titulaire	2009
08	Libéral - Titulaire	1997
09	Libéral - Titulaire	2015
010	Mixte - Collaboratrice	2019
011	Mixte - Titulaire	1999
012	Salariat	2015

Dont 3 orthophonistes ayant des enfants à charge

Concernant les résultats, les réponses au questionnaire dévoilent que sur les 1 350 orthophonistes interrogés, 65,04 % se sentent concernées par l'EP. Parmi ces 878 orthophonistes, 76 % ont déjà craint de faire un burn-out. Grâce à une comparaison entre les réponses de ceux qui se sentent concernés par un épuisement professionnel et ceux que ne se sentent pas concernés, les résultats indiquent des différences significatives. En effet, les orthophonistes se sentant concernées par un burn-out ont plus de mal à trouver un équilibre entre leur vie professionnelle et leur vie personnelle. Ils et elles se sentent moins soutenu-es par leur entourage et se sentent plus seules dans leur pratique professionnelle, le degré de leurs préoccupations financières est plus important, la qualité de leur sommeil est



moins bonne et enfin les préoccupations concernant la liste d'attente (pour les orthophonistes travaillant en mixte et en libéral) sont majorées par rapport aux orthophonistes qui ne se sentent pas concernées par un épuisement professionnel.

Les entretiens semi-dirigés ont permis d'éclaircir des facteurs de risques et des signes d'apparition de l'épuisement professionnel, intrinsèques à la pratique de l'orthophonie.

Dans un premier temps, les orthophonistes ont décrit des origines différentes et spécifiques concernant la surcharge de travail : selon certaines interrogées, cette surcharge aurait augmenté au fur et à mesure des années, parallèlement avec l'augmentation de la demande de soins qui reste conséquente lorsqu'elle est comparée à l'augmentation trop lente du nombre d'orthophonistes. L'une des interviewées déclare à ce propos : « On ressent la pénurie d'orthophonistes, énormément. D'où la pression encore plus. Là, j'ai trois post-it avec des coups de fils, j'ai des mails pour des demandes de bilans, je sais plus, j'arrive plus à gérer ». La comptabilisation du temps de travail et de sa surcharge comprend aussi toutes les tâches qui doivent être réalisées en dehors de la présence du patient. Les orthophonistes interrogées ont évoqué les rédactions des comptes-rendus de bilans, qui correspondent souvent à une tâche qui peut être inlassablement repoussée au lendemain et

qui se transforme alors en surcharge mentale. Mais également des tâches qui sont inhérentes à la pratique libérale comme la comptabilité : « La comptabilité prend le pas sur le boulot d'ortho », et la gestion de la propreté d'un local. Lors des entretiens, les orthophonistes ont également été questionnées sur les possibles manifestations physiques et émotionnelles : cinq d'entre elles ont décrit des maux de dos ; sept, une fatigue intense et des troubles du sommeil. Cinq sur les douze ont partagé des états de stress et d'angoisse pouvant amener à une irritabilité, voire à une dépersonnalisation. Cette étape de la dépersonnalisation a été vécue par l'une des orthophonistes interrogées : « Je me retrouvais plus, j'étais devenue une éponge avec eux (ses patients). J'en devenais pas bienveillante dans mes séances, et petit à petit j'ai perdu confiance dans le métier d'orthophoniste », ou ressentie par une autre orthophoniste : « Je trouve que t'es hyper aut centrée et plus ferme, plus cassante, moins patiente, moins tolérante... C'est là où je me prenais le plus la tête avec les familles ». D'autres interrogées expriment la difficulté de la confrontation à la souffrance du patient (Truchot, 2016), comme pour cette orthophoniste : « Ça m'est arrivé de suivre des parents maltraitants. Quand t'accueilles le parent maltraitant, t'accueilles aussi la souffrance du parent maltraitant... ça faisait beaucoup de souffrances ». Parallèlement à ces résultats des stratégies d'évitement ont émergé comme la modification du rythme de travail : « Alors maintenant je ne dis plus que le lundi je ne travaille plus. Mais le lundi je n'ai pas de rendez-vous », la consultation d'un professionnel de santé : « Je trouve que le travail sur moi fait que je suis meilleure dans mon travail et que je suis plus sereine et apaisée ». Ou encore le fait d'envisager une reconversion : « Pas d'idée pour le moment, mais juste le fait de trouver un métier demandant moins de réflexion cognitive qui génère une surcharge cognitive et temporelle trop conséquente, me "délivrer" de cette surcharge me tente parfois ».





Les résultats qualitatifs et quantitatifs retrouvés lors de cette étude correspondent aux définitions retrouvées dans la littérature à propos du burn-out mais également à propos des signes et facteurs de risque reconnus de développer un épuisement professionnel.

Les entretiens ont d'ailleurs permis de spécifier le rôle joué par la Nomenclature générale des actes professionnels dans l'apparition, chez certaines orthophonistes, de conflits de rôles et de valeurs. En effet, la NGAP est parfois inadaptée aux situations du terrain et confronte les orthophonistes à choisir entre : faire leur travail correctement selon leurs propres valeurs, en ayant la sensation de travailler bénévolement ou alors, de refuser de travailler bénévolement mais dans ce cas, avoir l'impression de ne pas faire leur travail correctement,

comme en témoigne cette orthophoniste : « Aller à des ESS (équipes de suivi de la scolarisation), ça m'oblige à annuler plusieurs patients, donc du coup je comptabilise une séance, je sais que j'ai pas le droit de le faire mais je refuse de travailler bénévolement ». Cela impacte bien évidemment leur épanouissement professionnel avant même de créer un épuisement professionnel. Par ailleurs, un profil singulier d'hypersensibilité a été décrit clairement pour neuf des interrogées et quatre ont partagé leur diagnostic de haut-potentiel. A ce jour, la littérature ne contient pas de données sur la présence du haut-potentiel et de l'hypersensibilité chez les soignants. Aussi, la compréhension des enjeux supplémentaires engendrés par le haut potentiel ou l'hypersensibilité dans la gestion des émotions de ces professionnels face à la souffrance de leurs patients restent encore floues.

EN CONCLUSION

Les orthophonistes ne sont donc pas exempts de pouvoir développer un jour un épuisement professionnel. Les exigences de ce métier, qui demande, entre autres, une implication particulière à l'autre, ne doivent pas être minimisées. Lors des entretiens, mais aussi d'après les réponses au questionnaire, les orthophonistes qui s'étaient permis de remettre en question leurs modalités d'exercices ou leurs approches pour faire face à leur épuisement, ont, pour la plupart, bénéficié d'un suivi psychologique ou ont participé à des groupes d'analyses de la pratique professionnelle. Par ailleurs, le maintien d'un équilibre entre la vie personnelle et la vie professionnelle semble être l'un des piliers les plus importants pour garantir un bien-être et une qualité de vie au travail.

Cette étude a été menée avant la crise sanitaire et la modification des pratiques orthophoniques comme par exemple l'instauration du recours possible à la télé-orthophonie, ou encore le port du masque qui impactent lourdement nos prises en soins. Il est indéniable que d'autres problématiques ont pu se surajouter aux facteurs de risques de développer un épuisement professionnel et notamment l'apparition de nouvelles réflexions à propos de certaines pratiques. Mais cela a aussi pu permettre des remises en question individuelles nécessaires à une meilleure appréhension de toutes les facettes du métier d'orthophoniste, sans oublier que l'orthophoniste est un acteur de soin. L'orthophoniste



est un représentant d'une profession tournée vers l'autre. L'orthophoniste s'engage pour la réhabilitation, l'adaptation ou le maintien de la communication sous toutes ses formes auprès de ses patients. Mais l'orthophoniste est avant tout une personne. Une personne qui travaille, certes, mais qui a ses envies, ses choix, ses possibilités et ses propres besoins.

Enfin, voici la citation d'un échange entre une orthophoniste et sa psychologue qui résume en quelques mots le conseil le plus sage :

« Il faut arriver à trouver l'équilibre. Jusqu'à quel point ça a un bénéfice pour vous ? Et à partir de quel moment on fixe la limite où ça devient plus une contrainte et c'est mauvais pour vous ? ».

Bibliographie courte et références

- **Burn-out : Les orthophonistes aussi.** (2018, janvier 3). Ora (Orthos réflexions action) : association d'orthophonistes. <http://www.ora-asso.fr/2018/01/03/travail-burn-out-les-orthophonistes-aussi/>
- **Clot, Y., & Lhuilier, D.** (2015). *Perspectives en clinique du travail* (BU Santé Rockefeller WA 400 PER). Érès éd.
- **Lafont, C.** (2020). *L'épuisement professionnel chez les orthophonistes français : enjeux et perspectives*. Lyon : mémoire d'orthophonie n°2076
- **Manoukian, A.** (2016). *La souffrance au travail—Les soignants face au burn-out* (BU Santé Rockefeller WA 475 ; 2e édition). Lamarre (Editions).
- **Maslach, C., & Jackson, S. E.** (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- **Minem, E.** (2019). Exemples d'exposition aux risques. *INRS*, 10.
- **Pougnat, R., Pougnat, L., & Jousset, D.** (2017). L'anthropologie philosophique de Martin Buber et le soin. Réflexions à partir d'une revue de la littérature. *Éthique & Santé*, 14(3), 126-137. <https://doi.org/10.1016/j.etique.2017.07.004>
- **Salembier-Trichard, A.** (2019). Épuisement professionnel, burn out. *L'information psychiatrique, Volume 95*(5), 311-315.
- **Truchot, D.** (2016). Burn out. In *Dictionnaire de la fatigue* (p. 126-134). Librairie Droz ; Cairn.info. <https://doi.org/10.3917/droz.zawie.2016.01.0126>
- **Zawieja, P., & Guarnieri, F.** (2014). *Dictionnaire des risques psychosociaux*. Le Seuil. <https://hal-mines-paristech.archives-ouvertes.fr/hal-00861280>

École internationale d'été en logopédie - orthophonie

Du lundi 5 au jeudi 8 juillet 2021

LYON Maison des Sciences de l'Homme
amphithéâtre Marc Bloch

L'été prochain, l'Unadreo (Union nationale pour le développement de la recherche et de l'évaluation en orthophonie), co-organise avec le laboratoire dynamique du langage (DDL – UMR 5596 – CNRS / Université Lyon 2) ainsi que l'université de Laval (Canada) et l'université de Neuchâtel (Suisse), l'École internationale d'été en orthophonie – logopédie, un lieu d'échanges et de réflexion sur la pratique clinique, alimenté par les données récentes de la recherche. Cette manifestation contribue à la formation continue des orthophonistes / logopèdes / logopédistes ainsi que des étudiants et des professionnels des disciplines connexes. Elle aura lieu du 5 au 8 juillet 2021 à Lyon.

Vous pouvez d'ores et déjà vous préinscrire gratuitement pour cet évènement :

unadreo.assoconnect.com/billetterie/offre/159849-k-pre-inscriptions-ecole-d-ete-en-orthophonie-logopedie-lyon-5-au-8-juillet-2021

L'inscription à une journée coûtera 125 €. Pour les 4 journées un tarif réduit de 400 € sera proposé.

Inscription



PROGRAMME

Lundi 5 juillet 2021

Troubles moteurs de la parole
(paralysies faciales, dysarthries)

Mardi 6 juillet 2021

Les troubles de la fluence

Actualités de la recherche – l'Evidence Based Practice et la pratique de l'orthophonie / logopédie / Session posters et échanges pour les doctorants

Mercredi 7 juillet 2021

Implication des nouvelles technologies
dans l'évaluation et le traitement des troubles de la production écrite de l'enfant et de l'adulte

Jeudi 8 juillet 2021

La pragmatique

De l'évaluation à la remédiation