



LETTRE IDEPP MARS-AVRIL 2025

Edito

La pénibilité du métier de psychiatre hospitalier se situe au niveau de l'emploi du temps, de la masse de certificats à rédiger, des charges médico-légales, de la violence et de la dangerosité quotidienne dans notre exercice.

Ces diverses raisons sont en partie à l'origine de la perte d'attractivité de notre profession, et cela commence à devenir très alarmant.

Il faut aussi mentionner, dû aux facteurs précédents, mais pas uniquement, le stress, permanent dans notre discipline.

Voyons donc ce qu'il en est.

La Rédaction

Stress et Psychiatrie publique

J.Glikman, GHU Paris.

S. Bourcet, CH. Henri Guerin, Vice-Président IDEPP

Il nous a semblé intéressant d'aborder notre exercice sous l'angle du stress professionnel.

On sait que la profession de soignant est particulièrement génératrice de stress : horaires difficiles, lourdes responsabilités, relations

professionnelles pas toujours harmonieuses, urgences fréquentes, proximité de la détresse, etc.

Le stress est un terme générique désignant un vague sentiment de malaise, pourtant c'est une réaction biologique bien réelle à une stimulation extérieure physique, psychique ou sensorielle. C'est un quasi-réflexe qui se décompose en trois phases :

- Le choc : vous recevez le stimulus " stressant " et votre organisme va tout faire pour s'adapter. C'est un stade où la mémoire et la réflexion sont améliorées.
- La résistance au stress : votre organisme est en position de mobilisation et le stress est considéré, d'un point de vue biologique, comme un agent stimulant bénéfique pour l'organisme. Il lui permet de réagir.
- L'épuisement : si le stress perdure, votre organisme se fatigue, vous êtes sensible aux agressions extérieures, dans un état de tension excessive. Apparaissent alors la fatigue, la colère, voire même la dépression. Un tableau de burn-out peut se constituer.

Rappelons que lorsqu'une personne ressent trop de stress -en fréquence ou en intensité- elle peut présenter de nombreux syndromes :

- **Syndromes physiques** : fatigue constante, risques de douleur et de maladie, troubles du sommeil, troubles de l'alimentation, palpitations cardiaques, tensions musculaires, addictions.
- **Syndromes psychiques** : sentiment permanent de tension, irritabilité, pleurs, symptômes dépressifs, diminution de la confiance en soi, isolement social.
- **Syndromes cognitifs** : augmentation des erreurs et diminution de sa « performance », problèmes de concentration, de mémoire, indécision, etc.

Il n'y a pas de causes précises et établies au stress, face à une même situation, les individus réagissent différemment. Certains événements de vie et certains contextes professionnels peuvent avoir un rôle aggravant.

La surcharge de travail est le premier facteur de stress. Ce n'est pas tant l'avalanche de travail qui importe, mais la façon de l'appréhender. Suppression de postes, arrêts maladies, renouvellement du personnel, font le lit du stress professionnel des soignants en place qui doivent assumer plus.

Le second facteur de stress est induit par les horaires de travail, Particulièrement pour le travail de nuit, d'astreintes et de gardes.

En plus des contraintes individuelles, le fait de travailler en équipe engendre d'autres facteurs de stress. Les relations de travail avec les collègues, et plus spécifiquement avec la hiérarchie, ont un impact important sur la qualité de vie au travail.

Les changements et l'incertitude peuvent être aussi un facteur de stress. Les réorganisations de services, les départs de collègues, les arrivées, les changements de direction, de process, les nouveaux logiciels... autant de changements générateurs de stress.

Pour ce qui concerne, plus particulièrement, la psychiatrie publique, on retrouve un contexte spécifique et unique en son genre :

- La Psychiatrie est la seule discipline médicale qui soigne des personnes qui ne le veulent pas : soins sans consentement, soins pénalement ordonnés. Les soins sans consentement représentaient 26,5% des 343.000 personnes hospitalisés en 2020. Ils concernent des patients qui présentent des troubles psychiques sévères et une situation à risque le plus souvent.
- C'est une discipline qui ne peut pas toujours s'appuyer sur des examens complémentaires aidant au diagnostic.
- La réduction très importante du nombre de lits et places complique la tâche du psychiatre. Le manque de lits est particulièrement criant, et facteur de stress pour les soignants, en psychiatrie de l'adolescent.
- C'est une discipline médicale dans laquelle les soignants peuvent être confrontés à des troubles du comportement parfois violent. Selon le rapport de l'institut de veille sanitaire (InVS) de 2021, 22% des violences dans les Établissements de Santé ont été signalés en Psychiatrie.
- Elle offre des soins techniques et relationnels, avec une prise en charge de la personne et de son environnement.
- Elle rencontre une crise de recrutement majeure : 30% des postes non pourvus dans les EPSM, baisse de 14% du nombre d'internes entre 2012 et 2020, baisse du nombre d'infirmiers (55.600 en 2022 contre 62.000 en 1997, Irdes).

A cette situation, déjà difficile, s'ajoutent des facteurs de stress supplémentaires :

- La judiciarisation des soins sans consentement et de l'encadrement des mesures d'isolement et de contention entraîne une charge juridico-administrative énorme.

- La psychiatrie publique est toujours plus sollicitée et devient le réceptacle des maux les plus divers de la société.
- La typologie des patients évolue avec des comorbidités somatiques ou addictologiques qui nécessitent des prises en charge multidisciplinaires et coordonnées avec de multiples intervenants.
- Les patients qui présentent les pathologies les plus sévères et chroniques sont confiés à la psychiatrie publique, tant en hospitalier qu'en ambulatoire.
- Dans les CMP les professionnels isolés se trouvent souvent confrontés à des situations périlleuses.
- Ainsi, la charge en soins en psychiatrie, dans ses composantes cognitives, psychique et émotionnelle, s'est particulièrement accrue ces dernières années.
- Le psychiatre de secteur subit une tension psychique induite par la responsabilité populationnelle (patient à l'équilibre psychique fragile absent à la consultation, inquiétudes de l'entourage, etc.).

Face à ces nombreux facteurs de stress, l'IDEPP dénonce la charge excessive de travail et les moyens insuffisants alloués à notre discipline et demande que les capacités d'accueil, hospitalières comme ambulatoires, et les effectifs médicaux et soignants soient proportionnés aux attentes et aux besoins de la population desservie, afin de garantir la qualité et la sécurité des soins pour tous.

contact@idepp.fr



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }} Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur idepp.fr.

[Se désinscrire](#)

© 2025 IDEPP