

La délimitation psychopathologique du burnout : un problème récurrent ?

**Journée Régionale
de Santé : Prévention en
Santé au Travail**

Jeudi 8 janvier 2026



Prof. Abdel. H. Boudoukha, Ph. D. - Psychologie –UR 4638
Dr. Sophie GRANDÉMY, M.D. psychiatre CRPPE CHU Nantes.

Conflits d'intérêt





Wilmar Schaufeli,
Ph.D.

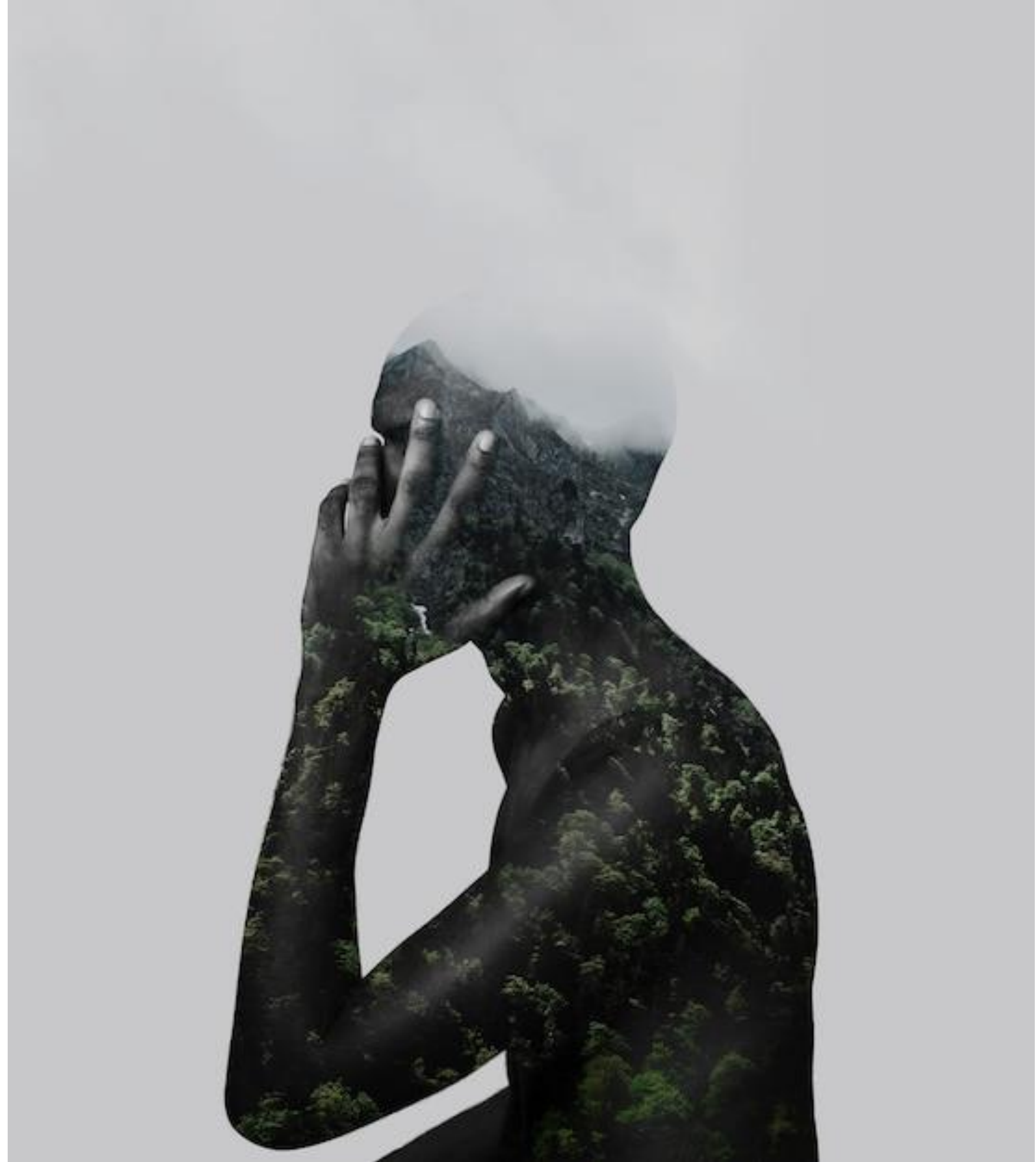


Il est important de noter que les trois dimensions du burnout [épuisement émotionnel, dépersonnalisation et manque d'accomplissement personnel] n'ont pas été déduites théoriquement avant le début de la construction du test du MBI.

Elles ont été identifiées après une analyse factorielle d'un ensemble initial de 47 items **dans un échantillon hétérogène de services à la personne.**

C'est une approche inductive, plutôt que déductive, qui a été déployée.

1. UNE MYRIADE DE SYMPTÔMES...



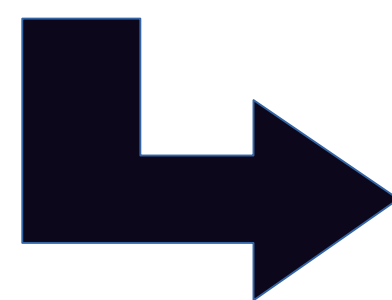
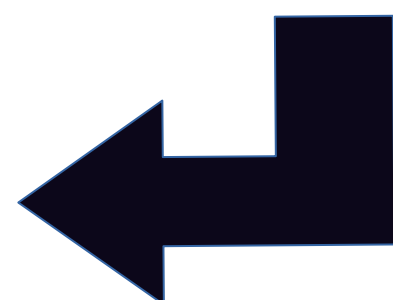
Plus de 130 symptômes différents !

(Schaufeli et Enzmann, 1998)

Facteurs externes à l'individu: Organisation & Management

charge de travail élevée, des conflits de rôles et de l'ambiguïté, une faible prévisibilité, manque de participation et de soutien social, sentiment d'injustice, Baisse du rendement, turn-over, arrêts maladie,

Jayartne, Himle, & Chess, 1988 ; Shanafelt, Bradley, Wipf, & Back, 2002 ; Schutte, Toppinen, Kalimon, & Schaufeli, 2000



Facteurs internes à l'individu

Fatigue, **épuisement**, irritabilité, tristesse, désespoir, difficultés de concentration, un faible sens de la cohérence, alexithymie, neuroticisme, faible niveau d'extraversion, d'agréabilité et de conscienciosité...

Brenninkmeijer, Van Yperen, & Buunk, 2001 ; Kahill, 1988 ; Shirom, Melamed, Toker, Berliner, & Shapira, 2005



Une abondance de symptômes et de facteurs ... non-spécifiques !



Des profils cliniques variés (fatigue de compassion, trauma 2daire...)

2

Les difficultés de délimitation clinique et psychopathologique



Des difficultés de délimitation psychopathologique

corrélations fortes entre BO et dépression

(Bianchi, Schonfeld, & Laurent, 2015; Shirom & Ezrachi, 2003; Terrasse et al., 2012)

MAIS DES RECHERCHES A NUANCER

```
graph TD; A([MAIS DES RECHERCHES A NUANCER]) --> B[Des corrélations entre BDI et MBI (épuisement émotionnel)...]; A --> C[La dépression en est-elle une conséquence ? Une comorbidité ? (facteur âge et facteur ancienneté importants)];
```

Des corrélations entre
BDI et MBI (épuisement
émotionnel)...

La dépression en est-elle une
conséquence ? Une comorbidité ?
(facteur âge et facteur ancienneté
importants)

Des difficultés de délimitation psychopathologique

Avec le trouble de stress post-traumatique (TSPT)

A. Confrontation à la mort ou à une menace de mort, à une blessure grave ou une menace de blessure grave, à des violences sexuelles ou des menaces de violences sexuelles d'une (ou plusieurs) des façons suivantes :

1. Par exposition directe ;
2. Par exposition indirecte ;
3. Par exposition vicariante directe
- 4. Par exposition vicariante chronique indirecte souvent dans un cadre professionnel,**

Le syndrome d'épuisement professionnels des soignants peut-être conceptualisé comme un trouble de stress post-traumatique par exposition vicariante indirecte chronique ?

Des difficultés de délimitation psychopathologique

Avec le trouble de l'adaptation

Le trouble de l'adaptation est défini (OMS, 2022)

- **une réaction inadaptée** à un ou **plusieurs facteurs de stress psychosociaux** identifiables (*p. ex. divorce, maladie ou invalidité, problèmes socio-économiques, conflits à la maison ou au travail*)
- il émerge généralement **dans le mois suivant le facteur de stress.**

Il ne s'explique pas mieux par un autre trouble mental



- Trouble dépressif récurrent(6A71)
- Épisode dépressif unique(6A70)
- Trouble du deuil prolongé(6B42)
- Deuil sans complication(QE62)
- **Burnout(QD85)**
- Réaction de stress aigüe(QE84)
- angoisse de séparation de l'enfance(6B05)

Des difficultés de délimitation d'autres entités cliniques



La fatigue de compassion

Figley, C. R. (1995). Compassion fatigue: Toward a new understanding of the costs of caring. In *Secondary traumatic stress: Self-care issues for clinicians, researchers, and educators* (p. 3-28). Baltimore, MD, US: The Sidran Press

Le traumatisme vicariant

Saakvitne K.W., & Pearlman L.A. (1996). *Transforming the Pain: A Workbook on Vicarious Traumatization*. New York: Norton



Le fardeau des aidants

Dumont, I., Dumont, S. et Mongeau, S. (2008). End-of-Life Care and the Grieving Process: Family Caregivers Who Have Experienced the Loss of a Terminal-Phase Cancer Patient. *Qualitative Health Research*, 18(8), 1049–1061.
<http://dx.doi.org/10.1177/1049732308320110>

La dépression professionnelle

Bianchi, R., & Schonfeld, I. S. (2020). The Occupational Depression Inventory: A new tool for clinicians and epidemiologists. *Journal of psychosomatic research*, 138, 110249.
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2020.110249>



3. CONSIDÉRATIONS SOCIO- CULTURELLES



Le burn-out est-il un syndrome culturel *culture (bound syndrom)*?



Un syndrome culturel est un ensemble ou un groupe de symptômes concomitants et relativement invariants dans un groupe culturel, une communauté ou un contexte donnés,



Un idiome culturel de détresse désigne une manière de parler d'une souffrance qui est commune aux individus d'un groupe culturel donné et qui renvoie à des concepts partagés concernant le pathologique, des manières d'exprimer, de communiquer, de dénommer certaines caractéristiques essentielles d'une détresse.



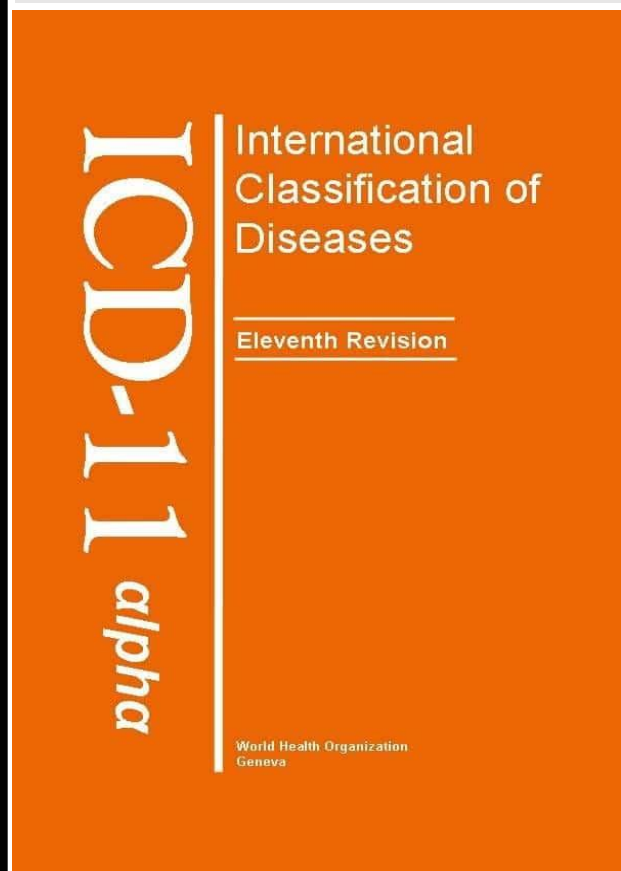
Une explication culturelle / cause perçue : modèle explicatif qui fournit une manière culturelle de concevoir l'étiologie ou la cause des symptômes, des maladies ou de la détresse.



« culture bound syndrom » remplacé par "concepts culturels de détresse », "troubles spécifiques à la culture".

- s'est révélée beaucoup plus répandue dans des schémas de détresse similaires dans de nombreux contextes culturels différents.
- L'absence prédominante de présentation cohérente des symptômes d'une affection dans un contexte culturel donné confirme sa pertinence pour la culture.
- L'absence de consensus sur les attributions étiologiques de base, sur les groupes de vulnérabilité et sur les symptômes affaiblit encore l'argument en faveur d'une entité syndromique

Les maladies à expression locale qui n'apparaissent que dans certains groupes définis culturellement et qui sont absentes dans d'autres groupes de la même culture, font douter qu'il s'agisse d'un trouble de la santé.



- La CD-11 a résumé les informations sur les variations culturelles dans les modes de description de la détresse, des symptômes et des dysfonctionnements de chaque trouble afin de promouvoir l'application du système de diagnostic en tenant compte des spécificités culturelles.
- La CIM-11 a été conçue pour utiliser des descriptions prototypiques des troubles et pas seulement une liste de critères diagnostiques, et a encouragé la prise en compte des variations culturelles dans la phénoménologie, en plus des facteurs contextuels et du système de santé qui ont un impact sur le diagnostic clinique.

Bien qu'elle ne soit pas spécifique aux conditions culturelles en tant que telles, **la CIM-11 a permis aux cliniciens d'adapter leur diagnostic en incluant les ramifications culturelles de chaque individu.**

Brain Fog

utilisé en Afrique de l'ouest faisant référence aux conditions subies par les étudiants des collèges ou universités face aux défis de l'enseignement.

- Les symptômes comportent des difficultés de concentration, de mémoire, d'idéation / D'autres symptômes somatiques sont habituellement centrés sur la tête et le cou : douleur, pression ou raideur, vision trouble, chaleur ou brûlure.
- Les étudiants disent souvent que leur cerveau est " fatigué "

**BURNOUT DES
ETUDIANTS ?**

Shenjing shuairuo

- _ Utilisé en Chine - État caractérisé par une fatigue physique et mentale, des maux de tête, des difficultés de concentration, des vertiges, des troubles du sommeil et des pertes de mémoire.
- _ D'autres symptômes incluent des problèmes gastro-intestinaux, des dysfonctionnements sexuels, de l'irritabilité, de l'excitabilité et des perturbations du système nerveux autonome.

BURNOUT ?

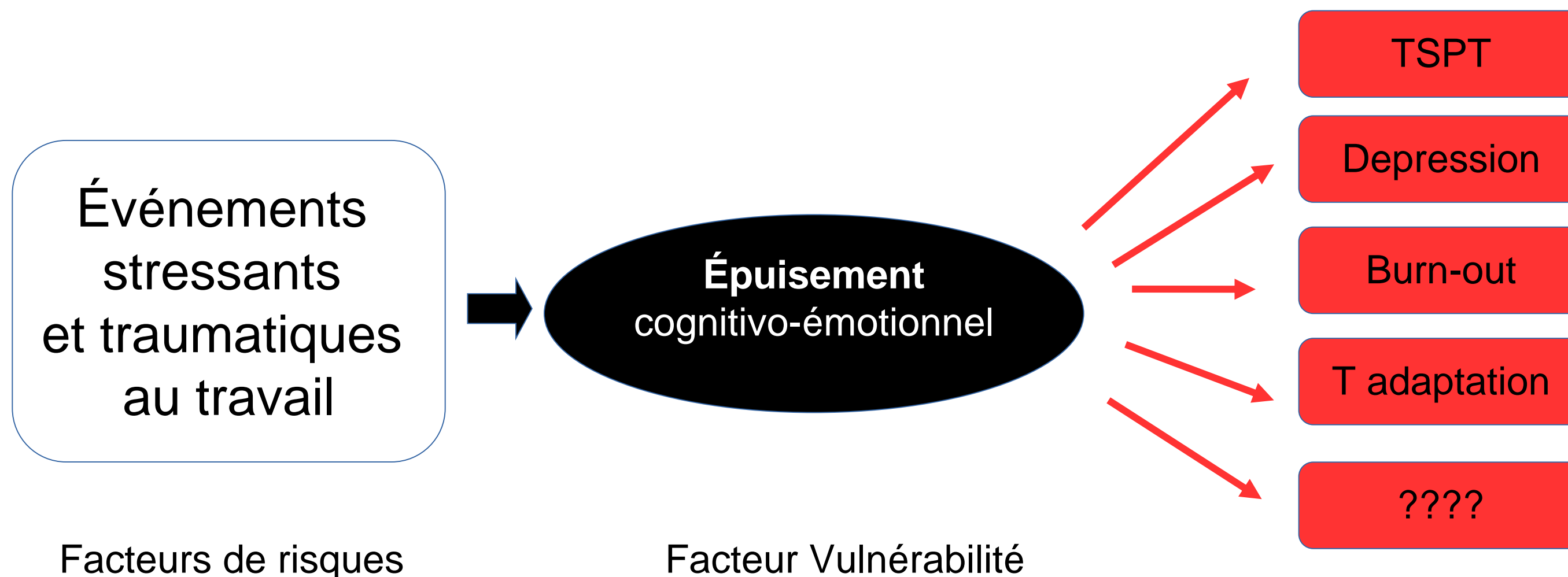


Est-ce local (*émique*) ou universel (*étique*) ?

CONCLUSION

Envisager l'épuisement cognitivo-émotionnel comme un processus transdiagnostique ?

Multifinalité résultats développementaux différents générés par un même facteur commun de vulnérabilité.



**Je vous remercie pour votre
attention**

Citer cette communication :

Boudoukha, A. H., & Grandemy, S. (2026). La délimitation psychopathologique du burnout : un problème récurrent ? Journée régionale de santé au travail, Nantes, le 8 janvier 2026.

IN

U