

Conséquences du décrochage professionnel.

Professeur Philippe Corten
Clinique du stress. CHU - Brugmann Bruxelles
SSMG 10 novembre 2012



Conséquences du décrochage professionnel.

- ◆ Décrocher, se déposer, choisir?
- ◆ La spirale de la précarité
- ◆ Les déficits cognitifs et émotionnels
- ◆ L'atteinte identitaire
- ◆ Enrayer le processus

Conséquences du décrochage professionnel.

- ◆ Décrocher?
- ◆ Se déposer?
- ◆ Choisir?



Conséquences du décrochage professionnel.

- ◆ Intro: Décrocher, se déposer, choisir.
- ◆ **La spirale de la précarité**
- ◆ Les déficits cognitifs et émotionnels
- ◆ L'atteinte identitaire
- ◆ Enrayer le processus

La spirale de la précarité

- ◆ Incapacité : Chez les employés:
- ◆ Premier mois d'incapacité couvert par le contrat de travail
- ◆ A partir du second mois 60% du revenu avec un maximum de 2.371€ par mois (ITT)



La spirale de la précarité

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ◆ A partir de 12 mois. INVALIDITE Critères ◆ Maladie objectivable pouvant justifier une incapacité de travail ◆ Le patient suit des traitements reconnus ◆ Le patient fait des démarches actives pour quitter le statut de malade ◆ Est incapable de travailler à niveau équivalent ailleurs, quelle que soit l'entreprise. | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Revenu d'invalidité ◆ Responsable de famille: ± 1.300 € ◆ Isolé ± 1.000 € ◆ Cohabitant ± 800 € |
|--|--|

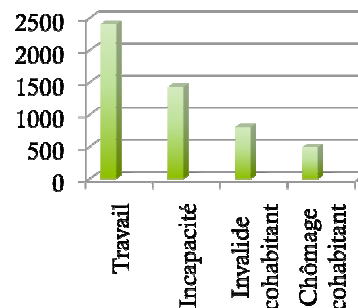


La spirale de la précarité

- ◆ L'incapacité de travail protège l'employé de tout licenciement unilatéral pendant 6 mois
- ◆ Avant ou après 6 mois, le médecin contrôleur ou le médecin du travail (plus rare) peut arguer du cas de force majeure pour ne plus jamais faire retourner l'employé à son poste de travail actuel.
- ◆ Sauf
 - ◆ Faillite
 - ◆ Restructuration (suppression du poste de travail)
 - ◆ Non respect du contrat de travail (délai nécessaire entre fin d'incapacité de travail et renouvellement d'incapacité)
 - ◆ Faute grave
- ◆ Le médecin traitant peut également faire usage de ce certificat mais sera considéré comme l'allié du patient et donc suspect de certificat de complaisance par l'ONEM
- ◆ D'où avantage du double certificat avec preuve de tentative par l'employeur d'un plan de reclassement.
- ◆ Dans ce cas, le patient peut directement émarger au chômage, sans pénalité mais sans indemnité de licenciement.

La spirale de la précarité

- ◆ Le chômage (sans les modifications longues durées du 01/11/2012.)
- ◆ Charge de famille 1.100 € min
- ◆ Isolé: 916 € min
- ◆ Cohabitant 484 € min



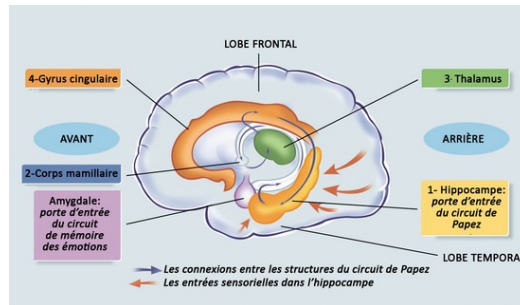
Conséquences du décrochage professionnel.

- ◆ Intro: Décrocher, se déposer, choisir.
- ◆ La spirale de la précarité
- ◆ Les déficits cognitifs et émotionnels
- ◆ L'atteinte identitaire
- ◆ Enrayer le processus

Déficits cognitifs et émotionnels de l'incapacité de travail de longue durée

- ◆ Mémoire immédiate et Concentration
- ◆ Phobie des foules

Mémoire immédiate et Concentration



- ◆ La mémoire de travail et le circuit de Papez:
 - ◆ Le circuit de Papez permet de traiter + 20 informations sensorielles et émotionnelles simultanément pendant un certain laps de temps, avant de mettre ces informations définitivement en mémoire ou de ne jamais les enregistrer.
 - ◆ La durée de cette mémoire de travail est de maximum 2 heures

Mémoire immédiate et Concentration

- ◆ La concentration optimise l'usage du circuit de Papez en
 - ◆ Maintenant la pression sur les 20 circuits
 - ◆ Développant des moyens mnémotechniques pour démultiplier la performance (exemple moyen mnémotechnique)
 - ◆ Éliminant plus rapidement les informations inutiles
- ◆ Lors des incapacités de travail de longue durée (ou de mise à la pension) cette pression extérieure (stress positif?) disparaît.
- ◆ D'où
 - ◆ Augmentation des troubles de la mémoire immédiate qui peut évoquer un Alzheimer précoce
 - ◆ Troubles de la concentration.

Mémoire immédiate et Concentration

Quotidien

- Où ai-je mis mes lunettes, ma voiture, mes clés...?
- Qu'est-ce que je venais chercher dans la frigo ou dans ma penderie?



Petite histoire:

- Monsieur X va chercher du pain chez le boulanger.
- Chez le boulanger il ne sait plus ce qu'il venait chercher. Voyant des Merveilleux, il en achète deux.
- Rentrant chez lui, il se rappelle qu'il veut du pain. Il retourne chez le boulanger.
- Il achète le pain et paie avec sa carte de crédit.
- De retour chez lui, il se rend compte qu'il a oublié sa carte de crédit à la boulangerie. Il y retourne.
- Revenant chez lui, il constate qu'il a laissé les clés de sa maison à l'intérieur.

Mémoire immédiate et Concentration

Comment combattre ces inconvénients?

- Les prothèses (Post-it, mémo) et entraînements ludiques
- Les identificateurs de jours
- Les séparateurs de jours
- Les rendez-vous avec RAM

Les identificateurs de jour:

- Qu'est-ce qui me fait dire qu'aujourd'hui on est samedi?

21.07.2008	22.07.2008	23.07.2008	24.07.2008	25.07.2008	26.07.2008	27.07.2008
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Marie danse.	Chantal chante.	Myriam lit.	Sonia joue au tennis.	Lili peint.	Bridg nage.	La famille va au zoo.

Mémoire immédiate et Concentration

- ◆ Les séparateurs de jours:
- ◆ Qu'est-ce qui me fait dire qu'on est le matin, l'après-midi, la fin de l'après-midi ou la soirée?



Mémoire immédiate et Concentration

- ◆ Les rendez-vous avec RAM
- ◆ Rien qu'
- ◆ A
- ◆ Moi



Déficits cognitifs et émotionnels de l'incapacité de travail de longue durée

- ◆ Mémoire immédiate et Concentration
- ◆ Phobie des foules

Phobie des foules



- ◆ Chaque animal a une « bulle » de sécurité.
- ◆ Chez un être humain en bonne santé, cet espace est légèrement supérieur à la longueur des bras (portée des coups)
- ◆ Si un inconnu pénètre dans cet espace, il se déclenche immédiatement, de façon automatique et inconditionnelle une réaction d'alarme de stress (orthosympathique).

Ortho et parasympathique

◆ Rôle de l'Orthosympathique: ◆ Rôle du Parasympathique:

◆ Préparer l'action: attaquer ou fuir (tout à la fois)

- ◆ Vasculariser les muscles,
- ◆ Mydriase,
- ◆ Fermer les sphincters,
- ◆ Augmenter le rythme cardiaque,
- ◆ Augmenter la tension artérielle
- ◆ Augmenter le rythme respiratoire

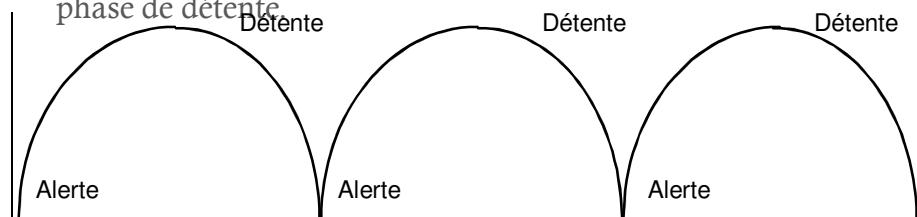
◆ Se détendre après l'alarme

- ◆ Vasculariser la peau,
- ◆ Myosis,
- ◆ Ouvrir les sphincters,
- ◆ Diminuer le rythme cardiaque,
- ◆ Diminuer la tension artérielle
- ◆ Diminuer le rythme respiratoire
- ◆ Erection...

Cette réaction s'appelle le Syndrome Général D'Adaptation

- ◆ Mis en évidence par Selye en 1936: stress= stretch

- ◆ Cette réaction, n'est **absolument pas toxique** et peut se répéter indéfiniment sans aucune conséquence sur l'organisme, pour autant qu'à toute phase d'alarme succède assez rapidement une phase de détente.



Phobie des foules

- ◆ Dans une foule, il n'est pas possible de se détendre complètement avant l'alarme suivante
- ◆ Même chez un individu normal, il est très pénible de faire des courses un 24 décembre après midi, par exemple, car à tout instant quelqu'un déclenche cette réaction d'alarme
- ◆ Plus on se sent cool et en sécurité, moins cet espace est grand.
- ◆ Plus on est malade, plus cet espace s'agrandit.
- ◆ D'où l'évitement de ces situations.
- ◆ Mais en même temps l'évitement systématique entretient la phobie.
- ◆ => intérêt des techniques d'expositions contrôlées (TCC)

Phobie des foules



- ◆ Aggravée par des modifications de comportement lors de maladies
 - ◆ Régression
 - ◆ Dépendance
 - ◆ Egocentrisme (au sens étymologique)

Conséquences du décrochage professionnel.

- ◆ Intro: Décrocher, se déposer, choisir.
- ◆ La spirale de la précarité
- ◆ Les déficits cognitifs et émotionnels
- ◆ L'atteinte identitaire
- ◆ Enrayer le processus

Atteinte Identitaire

- ◆ Dans toute rencontre au bout de quelques minutes survient la question: « Que faites-vous dans la vie ? »
- ◆ Le fait de ne pouvoir accomplir sa tâche barre l'accès à la reconnaissance en même temps qu'il fait émerger un sentiment de honte, de dégradation, de perte du statut d'être humain.
- ◆ En même temps le monde du travail contemporain pose de façon de plus en aigüe la « question humaine ». (François Emmanuel)



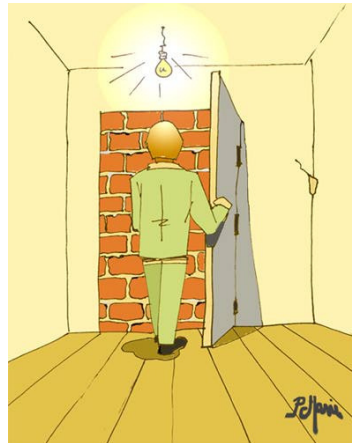
Origine de la souffrance

◆ Situation d'impasse

- ◆ L'impossibilité de démissionner sous peine de perdre ses droits sociaux génère une situation d'impasse.
- ◆ La décompensation ou le suicide semble la seule alternative.

◆ Isolement du sujet

- ◆ Le collectif de travail n'existe pas vraiment où la coopération est absente, à fortiori la solidarité.
- ◆ La précarité a entraîné l'intensification du travail, neutralisé la mobilisation collective, généré le silence et le chacun pour soi.
- ◆ La famille et les proches ne comprennent pas

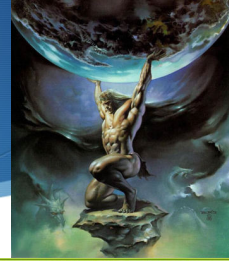


Conséquences du décrochage professionnel.

- ◆ Intro: Décrocher, se déposer, choisir.
- ◆ La spirale de la précarité
- ◆ Les déficits cognitifs et émotionnels
- ◆ L'atteinte identitaire
- ◆ Enrayer le processus

Enrayer le processus

1. Tourner le dos au mythe d'Atlas :
On n'est pas obligé de porter seul
le poids du monde !
2. Ne pas rentrer dans le syndrome du
pélican:
On n'est pas obligé de se saigner
pour aider les autres !
3. Partager ses émotions avec ses
collègues et ses proches.
« Comment ça va ? »



Préserver sa qualité de vie

*La vie est de qualité quand
la vie fait sens*

