

L'épuisement professionnel menace les forces de l'ordre en Suisse. Pour comprendre les causes de ce problème, Magdalena Burba a recueilli leurs confidences à travers cinq cantons romands.

Quand le burnout frappe les policiers romands

Lysiane Christen

« Il y a une tendance à la loi du silence dans la police. Parler d'épuisement peut être perçu comme un aveu de faiblesse. Et si un agent laisse une faille apparaître, son coéquipier va penser qu'il ne pourra pas compter sur lui », affirme Magdalena Burba. Cette psychologue vient de terminer sa thèse sur les causes du burnout chez les garants de l'ordre public. Un sujet sensible, qu'elle a osé empoigner en collectant des témoignages dans l'ensemble des polices cantonales romandes – sauf celle de Fribourg, qui n'a pas souhaité participer – ainsi que dans celle de Lausanne.

Prenant le temps d'écouter individuellement des volontaires qui se sentaient concernés par les symptômes, la chercheuse est parvenue à dépasser les tabous : « Certains m'ont partagé leur sentiment de ne pas avoir droit à la faute, de ne pas pouvoir aider autrui alors qu'ils en ont la compétence ou le décalage ressenti, notamment avec leurs proches, face aux atrocités vues la journée, explique-t-elle. Chez d'autres, j'ai constaté une perte de sens, par exemple, à force d'arrêter toujours les mêmes multirécidivistes. »

Au total, la jeune femme aura mené des entretiens approfondis avec 13 policiers puis soumis une série de questionnaires à 896 membres des forces de l'ordre pour mesurer, entre autres, leur risque de burnout. Une participation élevée qui montre à quel point les professionnels sont sensibles à cette thématique. « J'ai été largement soutenue par les commandants qui ont appuyé ma recherche », confie celle dont l'idée de thèse a été suggérée par la Division soutien santé au travail de la police vaudoise. Son étude, intitulée *Déterminants individuels et organisationnels de l'engagement au travail et du burnout des policiers*, a été dirigée par le maître d'enseignement et de recherche Koorosh Massoudi et codirigée par le professeur Jérôme Rossier.



Magdalena Burba, assistante diplômée et doctorante à l'Institut de psychologie, a consacré sa thèse à l'étude des causes de l'épuisement professionnel dans la police. F. Imhof © UNIL

S'immerger pour comprendre

Parallèlement à son doctorat, Magdalena Burba a travaillé deux ans à la cellule de psychologie d'urgence de la police lausannoise et trois ans comme psychologue lors d'auditions de victimes mineures dans le canton de Vaud. Elle a également été mandatée quelques mois au service de recrutement de la police vaudoise. Un investissement personnel qui lui a permis de comprendre avec plus de finesse la réalité vécue par les agents. « Le milieu policier est un monde à part. On y vit des choses hors du commun qui, avec les horaires irréguliers, les permanences et une organisation très rigide, isolent du reste de la société. »

Difficultés vécues à l'interne

Dans une société qui a vu les menaces et violences contre les autorités et fonctionnaires presque quadrupler depuis l'an 2000, l'état de stress des policiers est devenu un enjeu majeur. Mais pour la chercheuse, ce sont surtout des facteurs liés au cadre de travail et à la personnalité

qui influencent le risque de burnout : « J'ai constaté que les difficultés relationnelles ou organisationnelles à l'interne sont perçues comme plus usantes et destructrices que les intimidations vécues sur le terrain. Certains policiers ne se sentent pas soutenus par leurs supérieurs, ni par les décisions politiques. Ils ont la sensation d'être impuissants ou de devoir toujours réagir au lieu d'anticiper », explique-t-elle.

Un constat inquiétant, notamment à cause du manque d'effectifs : « En Suisse, nous avons 18'000 policiers alors qu'il en faudrait 24'000. Une augmentation aurait un impact favorable, même si ce n'est pas la charge de travail qui influence le plus la santé. » La psychologue envisage des solutions en agissant directement sur les ressources individuelles pour aider les policiers à prendre conscience de leur fonctionnement, tel un cours de gestion du stress. Enfin pour elle, l'idéal serait de réussir à augmenter leur marge de manœuvre, « mais pour cela il faudrait repenser l'entière du système hiérarchique, ce qui impliquerait d'énormes changements », avoue-t-elle.