

To change the language, please click on the blue button.

Veuillez choisir la langue dans laquelle vous voulez remplir cette enquête :

- ☒ Français
- ☐ Deutsch
- ☐ Italiano

Bitte wählen Sie die Sprache, in der Sie diese Umfrage ausfüllen möchten:

Si prega di selezionare la lingua in cui si desidera completare questo sondaggio:

## I. Vous et votre activité professionnelle.

Les informations sociodémographiques recueillies dans cette partie vont nous permettre de caractériser l'échantillon d'étude et nous assurer de sa représentativité. Elles sont nécessaires pour garantir la qualité méthodologique de l'étude.

Quel est votre sexe ?

- ☐ Homme
- ☐ Femme

Quel est votre âge ?

- ☐ Moins de 30 ans
- ☐ 30-39 ans
- ☐ 40-49 ans
- ☐ 50-59 ans
- ☐ 60-65 ans
- ☐ Plus de 65 ans

Quelle est votre profession ?

- ☐ Médecin
- ☐ Psychologue
- ☐ Infirmier-ère de santé au travail
- ☐ Autre

Veuillez préciser:

Quelle est votre spécialité ?

- ☐ Médecine pratiquant la médecine générale / médecine interne / médecine de famille
- ☐ Médecine psychiatre-psychothérapeute
- ☐ Médecine du travail
- ☐ Double spécialité : médecine générale et médecine du travail
- ☐ Double spécialité : médecine générale et psychiatrie
- ☐ Double spécialité : psychiatrie et médecine du travail
- ☐ Autre

Veuillez préciser:

Quelle est votre spécialisation ?

- ☐ Psychologie clinique
- ☐ Psychologie du travail et/ou des organisations
- ☐ Psychologie cognitive
- ☐ Psychologie sociale
- ☐ Psychologue-psychothérapeute
- ☐ Autre

Veillez préciser:

Dans quel canton exercez-vous principalement ?

- ☐ Aargau (AG)
- ☐ Appenzell Innerrhoden (AI)
- ☐ Appenzell Ausserrhoden (AR)
- ☐ Berne/Bern (BE)
- ☐ Basel-Landschaft (BL)
- ☐ Basel-Stadt (BS)
- ☐ Fribourg/Freiburg (FR)
- ☐ Genève (GE)
- ☐ Glarus (GL)
- ☐ Graubünden (GR)
- ☐ Jura (JU)
- ☐ Lucerne/Luzern (LU)
- ☐ Neuchâtel (NE)
- ☐ Nidwalden (NW)
- ☐ Obwalden (OW)
- ☐ St. Gallen (SG)
- ☐ Schaffhausen (SH)
- ☐ Solothurn (SO)
- ☐ Schwyz (SZ)
- ☐ Thurgau (TG)
- ☐ Ticino (TI)
- ☐ Uri (UR)
- ☐ Vaud (VD)
- ☐ Valais/Wallis (VS)
- ☐ Zug (ZG)
- ☐ Zürich (ZH)

Depuis combien de temps exercez-vous ?

(Nombre d'années à renseigner (soyez précis à la demi-année près))

Dans quel cadre exercez-vous principalement ?

- ☐ Cabinet privé
- ☐ Clinique ou centre de soins privé
- ☐ Hôpital ou policlinique publique
- ☐ Entreprise publique
- ☐ Entreprise privée
- ☐ Assurance
- ☐ Autre

Veillez préciser:

Combien de consultations avez-vous effectuées au cours du dernier mois ?

(Nombre de consultations)

Avez-vous déjà été confronté à des personnes en burnout professionnel dans le cadre de votre pratique professionnelle ?

- ☐ Oui  
☐ Non  
 (Par 'burnout professionnel' on entend un état d'épuisement physique et mental dû à une exposition trop longue à un stress lié au travail)

## II. Repérage du burnout professionnel

Combien de patients consultés au cours du dernier mois étaient en burnout professionnel ?

\_\_\_\_\_  
(Nombre de patients )

Lorsqu'il s'agit d'une situation de burnout professionnel, les personnes sont en majorité...

- ☐ Des cadres supérieurs - membres de la direction  
☐ Des cadres intermédiaires - chef/fes d'équipe  
☐ Des collaborateurs sans fonction managériale  
☐ Des indépendants  
☐ Autre  
☐ Aucune catégorie professionnelle particulière  
☐ Impossible de préciser  
 (Plusieurs réponses possibles)

Veillez préciser:

\_\_\_\_\_

Si l'on s'accordait à distinguer trois stades principaux d'évolution/de sévérité du burnout professionnel, comment décririez-vous l'état de la personne correspondant à chaque stade ?

- Burnout précoce :

\_\_\_\_\_

- Burnout modéré :

\_\_\_\_\_

- Burnout sévère :

\_\_\_\_\_

Les personnes en situation de burnout professionnel qui vous consultent sont en majorité...

- ☐ En burnout précoce  
☐ En burnout modéré  
☐ En burnout sévère  
☐ Impossible de préciser

Veillez préciser:

\_\_\_\_\_

Quels signes ou symptômes les plus fréquents vous font penser à un burnout professionnel chez la personne ?

\_\_\_\_\_  
(Veillez indiquer jusqu'à 10 signes ou symptômes que vous jugez les plus marquants, séparés par ";")

Avec quels autres troubles, affections ou atteintes faites-vous le diagnostic différentiel ?

- ☐ Dépression
  - ☐ Syndrome de fatigue chronique
  - ☐ Fibromyalgie
  - ☐ Trouble de l'adaptation
  - ☐ Trouble anxieux
  - ☐ Autre
- (Plusieurs réponses possibles )

Veillez préciser:

---

Pensez-vous que le burnout professionnel et la dépression sont...

- ☐ Assimilables l'un à l'autre
- ☐ Découlant l'un de l'autre
- ☐ Deux tableaux cliniques et "diagnostics" distincts
- ☐ Impossible de préciser

Dans quel sens ?

- ☐ Burnout conduit à une dépression
- ☐ Dépression conduit à un burnout

A quoi distinguez-vous le burnout professionnel ?

---

Utilisez-vous des analyses biologiques ou des mesures physiologiques pour affiner votre "diagnostic" du burnout professionnel ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Lesquelles ?

- ☐ Cortisol salivaire ou sanguin
  - ☐ Cholestérol
  - ☐ Insuline
  - ☐ Marqueurs inflammatoires
  - ☐ Variabilité de la fréquence cardiaque
  - ☐ Charge allostatique
  - ☐ Autre
- (Plusieurs réponses possibles)

Veillez préciser:

---

Utilisez-vous des tests ou des échelles pour aider à poser le "diagnostic" de burnout professionnel ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Quel(s) test(s) trouvez-vous le(s) plus utile(s) ?

---

Utilisez-vous des supports techniques (applications web ou interfaces périphériques telles que montre, bracelet, téléphone) pour affiner votre "diagnostic" ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Lesquels ?

---

Lors de l'anamnèse, identifiez-vous des facteurs liés aux dispositions individuelles chez les individus en burnout professionnel (ex : traits de personnalités, préférences de fonctionnement, héritage génétique) ?

- ☐ Oui  
☒ Non  
☐ Impossible de préciser

Lesquels ?

Identifiez-vous des facteurs liés au contexte personnel et social chez les individus en burnout professionnel ?

- ☐ Oui  
☒ Non  
☐ Impossible de préciser

Lesquels ?

- ☐ Couple  
☐ Enfants  
☐ Famille  
☐ Amis  
☐ Voisinage  
☐ Réseaux sociaux  
☐ Lieu de vie  
☐ Finances  
☐ Autre  
 (Plusieurs réponses possibles)

Veuillez préciser:

Identifiez-vous des facteurs liés aux conditions de travail et à l'activité professionnelle chez les individus en burnout professionnel ?

- ☐ Oui  
☒ Non  
☐ Impossible de préciser

Lesquels ?

- ☐ Contenu/fonction du poste  
☐ Charge/rythme de travail  
☐ Aménagement du temps  
☐ Environnement et équipement  
☐ Type de contrat de travail et sécurité de la place de travail  
☐ Latitude décisionnelle et marge de manœuvre  
☐ Culture organisationnelle  
☐ Processus et système de l'organisation  
☐ Relations interpersonnelles au travail  
☐ Exigences émotionnelles  
☐ Reconnaissance et valorisation  
☐ Evolution de carrière  
☐ Interface vie professionnelle - vie privée  
☐ Autre  
 (Plusieurs réponses possibles)

Veuillez préciser:

### III. Traitement du burnout professionnel

Prenez-vous vous-même en charge le traitement de personnes en burnout professionnel ?

- ☐ Oui  
☒ Non

Comment prenez-vous en charge le traitement de personnes souffrant de burnout professionnel ?

- ☐ Prescription d'un arrêt de travail
  - ☐ Prescription d'une réduction du taux d'activité
  - ☐ Prescription de traitement médicamenteux
  - ☐ Psychothérapie cognitivo-comportementale
  - ☐ Psychothérapie psychodynamique
  - ☐ Psychothérapie psychanalytique
  - ☐ Psychothérapie humaniste (p.ex. Gestalt-thérapie)
  - ☐ Psychothérapie systémique
  - ☐ Psychothérapie corporelle et intégrative
  - ☐ Thérapies en groupe
  - ☐ Exercices physiques
  - ☐ Approches systémiques
  - ☐ Je contacte l'employeur
  - ☐ Je sollicite le médecin conseil de l'assureur
  - ☐ Je collabore avec un (neuro)psychologue
  - ☐ Je collabore avec un pharmacologue
  - ☐ (Psycho-)éducation pour négocier notamment avec l'employeur, l'assurance, l'entourage
  - ☐ Autre
- (Plusieurs réponses possibles)

Veuillez préciser :

A qui référez-vous ces personnes ?

- ☐ A un psychiatre-psychothérapeute
  - ☐ A un psychologue-psychothérapeute
  - ☐ A un médecin du travail
  - ☐ Vers un centre de soins spécialisé
  - ☐ A un case-manager
  - ☐ Autre
- (Plusieurs réponses possibles)

Veuillez préciser :

Quelle proportion de vos patients bénéficie d'un accompagnement psychologique ou d'une psychothérapie ?

(en pourcentage)

En moyenne, combien de temps dure l'accompagnement psychologique ou la psychothérapie dans une situation de burnout professionnel ?

(en nombre de mois)

Parmi les personnes en burnout professionnel qui vous consultent, quelle est la proportion de celles qui ont un traitement médicamenteux pour leur burnout ?

- ☐ < 5%
- ☐ 5-15%
- ☐ 16-25%
- ☐ 26-50%
- ☐ 51-75%
- ☐ >75%
- ☐ Impossible de préciser

Parmi les personnes en burnout professionnel qui vous consultent, quelle est la proportion de celles à qui vous prescrivez un traitement médicamenteux pour leur burnout ?

- ☐ < 5%
- ☐ 5-15%
- ☐ 15-25%
- ☐ 26-50%
- ☐ 51-75%
- ☐ >75%
- ☐ Impossible de préciser

Avec quelle(s) classe(s) de médicaments ?

- ☐ Antidépresseurs
- ☐ Benzodiazépines
- ☐ Hypnotiques-somnifères- Antihistaminiques - Sédatifs
- ☐ Neuroleptiques-antipsychotiques
- ☐ Autre
- ☐ Impossible de préciser  
(Plusieurs réponses possibles)

Veuillez préciser :

En moyenne, combien de temps dure l'arrêt de travail ou les arrêts cumulés en cas de burnout professionnel ?

- ☐ < 1 mois
- ☐ 1-3 mois
- ☐ 4-6 mois
- ☐ 7-12 mois
- ☐ 13-24 mois
- ☐ > 24 mois
- ☐ Impossible de préciser

A quelle fréquence (en moyenne) voyez-vous votre patient durant la prise en charge d'un burnout professionnel ?

- ☐ Toutes les semaines
- ☐ Deux fois par mois
- ☐ Une fois par mois
- ☐ Moins d'une fois par mois
- ☐ Tous les six mois
- ☐ Je ne sais pas

Si votre patient a un emploi, êtes-vous consulté pour l'organisation de la reprise du travail ?

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement
- ☐ Fréquemment
- ☐ Toujours
- ☐ Impossible de préciser

Quel est le pronostic d'un burnout professionnel : est-ce possible de le "guérir" ?

- ☐ Oui, absolument
- ☐ Parfois
- ☐ Non, jamais complètement
- ☐ Impossible de préciser

Selon quels critères peut-on évaluer le rétablissement après un burnout professionnel ?

Dans quelle proportion les personnes en burnout professionnel que vous avez prises en charge ont-elles été à nouveau aptes à reprendre une activité professionnelle ?

- ☐ < 5%
- ☐ 5-15%
- ☐ 16-25%
- ☐ 26-50%
- ☐ 51-75%
- ☐ > 75%
- ☐ Impossible de préciser

Parmi les personnes en burnout professionnel que vous avez prises en charge, quelle proportion a été sujette à une rechute ?

- ☐ < 5%
- ☐ 5-15%
- ☐ 16-25%
- ☐ 26-50%
- ☐ 51-75%
- ☐ > 75%
- ☐ Impossible de préciser

Quel est le délai moyen d'apparition d'une rechute chez vos patients ?

- ☐ < 3 mois
- ☐ 4-6 mois
- ☐ 7-12 mois
- ☐ 13-24 mois
- ☐ 25-36 mois
- ☐ >36 mois
- ☐ Impossible de préciser

Comment évaluez-vous le temps d'attente de votre prise en charge pour des patients en burnout professionnel ?

- ☐ Accès rapide, pas de temps d'attente
- ☐ Accès assez rapide, temps d'attente de moins de 4 semaines
- ☐ Accès plutôt difficile, temps d'attente de plus d'un mois
- ☐ Accès très difficile, temps d'attente de plus de trois mois
- ☐ Je ne sais pas

Comment évaluez-vous l'accessibilité de votre prise en charge pour des personnes en burnout professionnel sur le plan financier ?

- ☐ Accessible à toutes les bourses
- ☐ Peut s'avérer inaccessible aux personnes avec un revenu faible
- ☐ Je ne sais pas

#### IV. Vos souhaits concernant l'amélioration de la pratique

A votre avis quelles sont les mesures les plus pertinentes pour mieux prendre en charge le burnout professionnel ?

- ☐ Formation pré-graduée et post-graduée des spécialistes
  - ☐ Formation médicale/paramédicale continue
  - ☐ Recherches dans le domaine
  - ☐ Détection au stade précoce
  - ☐ Classification en tant que maladie
  - ☐ Révision de la liste des maladies professionnelles
  - ☐ Interdisciplinarité dans la prise en charge
  - ☐ Dialogue avec les employeurs/RH
  - ☐ Campagne de sensibilisation
  - ☐ La dissolution du stigma/tabou lié au burnout
  - ☐ Responsabilisation des entreprises
  - ☐ Programmes de santé publique
  - ☐ Inspection du travail
  - ☐ Autre
- (Plusieurs réponses possibles)

Veillez préciser :

Avec quels spécialistes ou professionnels souhaiteriez-vous une meilleure collaboration ?

- ☐ Médecin-conseil
  - ☐ Médecin du travail
  - ☐ Médecin de famille
  - ☐ Médecin psychiatre- psychothérapeute
  - ☐ Employeur ou responsable des ressources humaines
  - ☐ Infirmier spécialisé en santé au travail
  - ☐ Psychologue-psychothérapeute
  - ☐ Psychologue du travail
  - ☐ Neuropsychologue
  - ☐ Coach
  - ☐ Pharmacologue
  - ☐ Chercheur, expert
  - ☐ Corps politique
  - ☐ Autre
- (Plusieurs réponses possibles )

Veillez préciser :

Quels types d'interactions pourrait améliorer cette collaboration interdisciplinaire ?

- ☐ Réunion de réseau, colloque
  - ☐ Rencontre de partage d'expériences
  - ☐ Echange téléphonique avec mes collègues/confrères ou d'autres professionnels
  - ☐ Correspondance par courriel
  - ☐ Intervention
  - ☐ Supervision
  - ☐ Forum de discussion sur internet
  - ☐ Formation interdisciplinaire
  - ☐ Rencontre "tripartite" : employé /employeur/thérapeute
  - ☐ Autre
- (Plusieurs réponses possibles)

Veillez préciser :

Accepteriez-vous de participer à un essai randomisé pour tester certaines modalités de prise en charge de personnes en burnout ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Quelles conditions sont importantes pour encourager la participation des professionnels de santé à un tel essai ? (ex : rémunération ; valorisation en crédits de formation ; ...)

Souhaitez-vous partager d'autres éléments qui d'après-vous sont importants à considérer dans cette enquête ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Veillez préciser :