

# L'œil sur...

## Les avocats face aux risques psycho-sociaux

**Un travailleur sur quatre souffre de stress. Et les avocats ne font pas exception. Ce sujet, longtemps tabou, devient un axe d'action pour le Conseil national des barreaux.**

C'est cette avocate en droit des sociétés qui se réveille quatre fois par nuit. Ce confrère qui s'est coupé de sa famille et se noie dans le travail. Cet autre et sa bouteille de bon vin. Par jour. Ou encore cette robe noire de 35 ans, qui vient de faire un infarctus et ne voit même pas le rapport avec le stress. Les risques psycho-sociaux pèsent lourd sur les avocats.

« Le stress survient quand il existe un déséquilibre entre la perception qu'une personne a des contraintes que lui impose son environnement et la perception qu'elle a de ses propres ressources pour y faire face », précise Bruno Lefebvre, consultant en management des risques psychosociaux et psychologue clinicien. Epuisement physique et intellectuel, souffrance psychique... La prise de conscience de ces signaux d'alarme est souvent très tardive. « Il faut faire le lien entre un concept intellectuel et sa propre expérience », ajoute Bruno Lefebvre.

Mais cette réalité commence à sortir de l'ombre, grâce, en partie, au travail de Karine Mignon-Louvet, présidente de la commission prospective du Conseil national des barreaux. C'est elle qui a dirigé le rapport « Psychologie au sein des cabinets d'avocats » publié en mai 2010 par le CNB. Ce document pointe le coût humain et économique du problème. « N'oublions pas que dans les dix années qui suivent leur entrée en exercice, un homme sur quatre et une femme sur trois quittent la profession », rappelle-t-elle.

### Reconnaissance collective

Que sait-on donc ? La majorité des jours indemnisés trouvent leur source dans des pathologies consécutives au stress (problèmes de dos, maladies cardio-vasculaires, dépression). Parallèlement, « les jours de travail indemnisés pour maladie sont en augmentation. Et 47 % des arrêts sont dus à des dépressions nerveuses, signale Karine Mignon-Louvet. Mais il y a aujourd'hui une avancée : la reconnaissance collective du stress de l'avocat, mal-

gré une certaine opposition liée à l'image de la profession », se réjouit cette avocate associée, chargée depuis d'une commission « qualité de vie » pour l'Ordre parisien par le dauphin Christiane Feral-Schuhl.

### Souffrances psychologiques

Les causes sont multiples. La nature même de l'activité expose à plusieurs facteurs de risques : surcharge de travail, activité conflictuelle, pression du client, difficulté à concilier vie familiale et vie privée, concurrence accrue entre confrères, carences en management dans les gros cabinets, isolement et angoisse des fins de mois... Pour rappel, en 2002, un dixième des avocats du barreau de Paris était en situation d'endettement lourd. C'était également les conclusions d'une étude que le barreau de Paris avait commandé auprès du service de Psychiatrie de la Faculté de Médecine, en 2003. Elle soulignait de fortes souffrances psychologiques et une multiplication des conduites à risque (abus d'alcool, apparition de dépendances aux drogues, etc.), en particulier chez les femmes et les jeunes. A cela sont venues s'ajouter les mutations accélérées de la profession, qui a augmenté de 38 % en dix ans.

Le CNB a donc décidé de sensibiliser les troupes, tant sur le plan individuel que collectif. Un questionnaire baptisé « êtes-vous stressé ? », sous la forme d'un QCM, est désormais en ligne sur le site du CNB. Autres projets : un programme de soutien, avec l'ouverture d'une hotline d'ici à la fin de l'année en liaison avec des psychologues, et des bilans de compétences pour aider les avocats dans leur reconversion, pouvant être financés par le Fonds interprofessionnel de formation des professionnels libéraux (FIF-PL). « J'ai également proposé de créer des groupes de pratique, pour échanger sur les difficultés d'exercice, et des groupes de parole volontaires, plus larges », ajoute Karine Mignon-Louvet.

### Recul

« Ce temps de recul, animé par un consultant-psychologue, est très important, précise Bruno Lefebvre. Il doit permettre au groupe d'aider chacun de ses membres sur des thèmes concrets, comme l'argent ou le client difficile. Car l'un des facteurs de protection par rapport au stress, c'est d'être intégré à un collectif soutenant ». Encore faut-il que ce collectif fonctionne. « Quand il y a une guerre des associés, des arrêts de travail multiples, des départs, il faut s'interroger sur les comportements managériaux. »

Le psychologue, associé chez Alteralliance, propose diverses solutions dans son récent ouvrage « Stress et risques psychosociaux au travail » (co-auteur, avec Matthieu Poirot ; Elsevier Masson, 2011) et anime régulièrement des séminaires de formation pour les avocats sur le management et le stress. Il interviendra cette semaine à la Convention nationale du CNB à Nantes.

Christine Taconnet



La Lettre des Juristes d'Affaires sur votre iPhone !

Retrouvez gratuitement les articles des rubriques « Ils font l'actualité » et « Affaires »