



Homewood  
Santé

# Lignes de vie

Améliorer votre qualité de vie, une étape à la fois



## Guérir les blessures invisibles : Explorer le préjudice moral dans le domaine des soins de santé

Vous souvenez-vous que, pendant la pandémie de COVID-19, il y avait chaque soir un rituel mondial réconfortant au cours duquel les gens se rassemblaient sur leur porche, sur leur balcon ou à leur fenêtre pour faire du bruit? L'air se remplissait d'applaudissements, d'encouragements ou de coups de klaxon en signe de solidarité à l'égard de ceux qui travaillaient sans relâche pour assurer la sécurité de tous et soigner les personnes qui avaient contracté le virus. Ce geste de reconnaissance a renforcé le moral des troupes pendant une période très incertaine où le monde entier était particulièrement vulnérable.

Mais nous ne tapons plus sur des casseroles à la tombée de la nuit pour exprimer notre gratitude à l'égard du personnel soignant. Au lieu de cela, nous sommes revenus d'une certaine manière aux normes d'avant la pandémie, en nous éloignant d'un rappel poignant des efforts désintéressés des héros et des héroïnes des soins de santé et de la résilience de cette communauté.

Ce que nous ignorons souvent, c'est que le personnel soignant est régulièrement confronté à des situations qui l'exposent à un risque de préjudice moral parce que les outils de leur profession – c'est-à-dire les systèmes, les ressources et les processus avec

lesquels il travaille quotidiennement – continuent d'être mis à rude épreuve, ce qui l'oblige souvent à se débattre dans des situations où il doit faire face à des dilemmes éthiques et à des conflits intérieurs. Le sentiment d'être déchiré entre des besoins divergents est au cœur du concept de préjudice moral. C'est là que les aidant-e-s, engagé-e-s dans le bien-être des personnes qu'ils ou elles servent, sont confronté-e-s à des situations qui mettent leurs principes à l'épreuve. Ils ou elles sont souvent contraint-e-s de faire des choix qui ont des effets durables sur leur santé mentale, leur identité et leur sentiment d'être utile. Le préjudice moral est une bataille à laquelle le personnel soignant doit faire face dans le conflit incessant de l'équilibre entre les soins et les contraintes.

Dans cet article, nous allons approfondir le concept de préjudice moral et expliquer en quoi il est différent de l'état de stress post-traumatique (ESPT), de l'usure de compassion et de l'épuisement professionnel, qui touchent également le personnel soignant. Nous expliquerons les symptômes courants d'une personne subissant un préjudice moral ainsi que les raisons pour lesquelles le personnel soignant présente un risque plus élevé d'en subir un. Nous examinerons également les stratégies de prévention et d'adaptation qui permettent de

revenir à un sentiment de compassion collective et de reconnaissance de la difficulté du travail dans le secteur des soins de santé. Il nous incombe d'aborder le préjudice moral dans les milieux de soins afin de nous assurer d'apporter notre soutien et d'agir de manière éthique pour aider le personnel dans son rôle d'aidant.

### Qu'est-ce qu'un préjudice moral?

Le préjudice moral peut résulter d'une détresse émotionnelle et psychologique extrême et prolongée liée à des situations où les personnes doivent prendre des décisions ou des mesures qui ne correspondent pas à leurs « valeurs fondamentales »<sup>1</sup>. Ce type de lésion profonde peut faire en sorte qu'une personne soit tourmentée par un conflit intérieur, la culpabilité, la colère, la honte et un sentiment de trahison. Le préjudice moral « altère [leur] perception du monde », ce qui rend difficile la confiance envers autrui<sup>2</sup>.

Le personnel soignant est régulièrement confronté à des situations où il doit résoudre des dilemmes éthiques complexes. Par exemple, il peut être confronté au défi de fournir des soins de grande qualité tout en faisant face à des ressources limitées et à un manque de temps à consacrer aux patient·e·s en raison du grand nombre de personnes qui ont besoin d'un traitement. Par conséquent, le personnel est beaucoup plus vulnérable au préjudice moral. Il est important de comprendre que « ce sont les circonstances, et non le caractère, qui donnent lieu à ce problème »<sup>3</sup>.

En général, une personne entre dans la profession de soins de santé parce qu'elle s'est engagée à aider les gens à se rétablir. Le personnel soignant s'engage à respecter des principes et des codes d'éthique. Cependant, au cours de sa journée de travail, le personnel soignant doit souvent prendre des décisions qui changent de manière significative le cours de la vie des gens. Parfois, il s'agit de déterminer quel·le patient·e gravement malade recevra un traitement qui lui sauvera la vie. Lorsqu'il est confronté à ce type de circonstances conflictuelles, il peut ressentir une perte de détermination et un manque d'accomplissement de soi, ce qui entraîne une profonde détresse morale.

Malheureusement, la pression peut être trop forte. Les chercheur·euse·s ont constaté que si « le suicide chez les médecins est un problème de longue date », les effets de la prestation de soins pendant la crise sanitaire engendrée par la pandémie de COVID-19, en particulier le « rationnement des soins », n'ont fait qu'intensifier le problème<sup>4,5</sup>. Les conditions de travail stressantes, notamment la « surcharge de travail et la perte d'autonomie », n'ont cessé d'augmenter, ce qui rend les personnes exerçant cette profession beaucoup plus susceptibles

de souffrir d'épuisement professionnel, de troubles anxieux, de dépression, d'épisodes de détresse grave liée à la santé mentale et de préjudice moral<sup>6</sup>.

### Quels sont les symptômes d'un préjudice moral?

Le préjudice moral chez le personnel soignant peut être difficile à déceler, car souvent, les gens « n'ont pas encore le vocabulaire pour décrire ce qui leur arrive »<sup>7</sup> et ils continuent à travailler, masquant souvent les symptômes en raison de la culture d'entreprise qui ne laisse pas de place à la révélation<sup>8</sup>.

#### Les symptômes peuvent comprendre ce qui suit :

- sentiments intenses de culpabilité ou de honte;
- détresse émotionnelle, troubles émotionnels intérieurs;
- perte de confiance (en soi et envers autrui);
- remise en question de sa valeur, son sens et son but;
- engourdissement ou détachement émotionnel;
- colère, irritabilité ou ressentiment;
- difficulté à se pardonner ou à pardonner aux autres.

### Qu'est-ce qui fait que le personnel soignant est plus enclin à subir un préjudice moral?

Le personnel soignant est plus enclin à subir un préjudice moral parce qu'il est fréquemment exposé à des dilemmes éthiques et à des situations qui remettent en question leurs valeurs fondamentales. Certains comportements sont également ancrés dans la culture d'entreprise. Il y a moins d'autocompassion et une réticence à partager ses vulnérabilités en raison de la stigmatisation des problèmes de santé mentale et de l'impression que cela indique une faiblesse parmi les pairs<sup>9</sup>.

#### Le risque est plus élevé dans les circonstances suivantes :

- exposition à des situations moralement difficiles;
- rareté des ressources;
- pressions organisationnelles et conflits de valeurs :
  - systèmes de soins de santé publics ou privés/à but lucratif,
  - conflits avec les compagnies d'assurance,
  - réglementation gouvernementale,
  - recommandations relatives aux codes de service et aux quotas de temps par patient·e liés à la rémunération;
- manque de soutien et de reconnaissance des préoccupations éthiques.

## Quelles sont les différences entre le préjudice moral, l'ESPT, l'épuisement professionnel et l'usure de compassion?

Le préjudice moral se distingue des autres problèmes de santé mentale auxquels le personnel soignant est souvent confronté, car il est axé sur un traumatisme éthique dans lequel « il souffre d'un grave décalage entre les principes moraux qui l'anime et la réalité de ce qui se passe ou s'est passé », ce qui remet en question son « identité personnelle »<sup>10</sup>.

Nous avons voulu comparer les causes, les symptômes, les facteurs de risque, la prévention et les stratégies pour faire face au préjudice moral à d'autres diagnostics que les gens connaissent plus et fréquemment associés aux professionnel-le-s de la santé. Ce tableau est une simplification et ne rend pas compte de la complexité de chaque affection.

	Préjudice moral	ESPT	Épuisement professionnel	Dépression	Usure de compassion
Causes	Éthique compromise	Traumatisme	Stress prolongé	Diverses	Exposition à la souffrance
Symptômes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Culpabilité</li> <li>• Honte</li> <li>• Impression d'inutilité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rappels d'images</li> <li>• Hypersensibilité</li> <li>• État de vigilance constant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Épuisement émotionnel</li> <li>• Détachement</li> <li>• Dissociation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Humeur mélancolique persistante</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminution de l'empathie</li> </ul>
Facteurs de risque	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dilemmes éthiques</li> <li>• Manque de soutien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exposition aux traumatismes</li> <li>• Vulnérabilité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Charge de travail élevée</li> <li>• Manque de pouvoir d'action</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biologie</li> <li>• Milieu social</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Empathie</li> <li>• Soins</li> </ul>
Prévention	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formation sur l'éthique</li> <li>• Soutien organisationnel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soins tenant compte des traumatismes</li> <li>• Soutien (émotionnel, social, clinique)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestion de la charge de travail</li> <li>• Soutien (émotionnel, social, clinique)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilisation à la santé mentale</li> <li>• Soutien (émotionnel, social, clinique)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auto-soins</li> <li>• Limites</li> </ul>
Stratégies d'adaptation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recherche d'un soutien</li> <li>• Autoréflexion</li> <li>• Autocompassion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psychothérapie</li> <li>• Médicaments</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auto-soins</li> <li>• Limites</li> <li>• Rééquilibrage de la charge de travail</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psychothérapie</li> <li>• Médicaments</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Supervision de soutien</li> <li>• Auto-soins</li> </ul>

### Comment prévenir le préjudice moral?

Nous devons promouvoir une plus grande sensibilisation et une meilleure compréhension du préjudice moral dans les milieux de soins. Il peut être utile d'utiliser des études de cas, car la narration met les situations au premier plan et permet aux autres de comprendre les situations de la vie réelle auxquelles le personnel soignant est confronté. Cette approche permet d'éviter de diminuer l'importance des circonstances afin d'atténuer le fardeau émotionnel.

Les organisations jouent un rôle crucial dans la prévention.

Elles peuvent :

- offrir une formation sur l'éthique pour renforcer la résilience et améliorer la compréhension de la vulnérabilité;
- offrir un soutien solide en définissant des attentes en matière de conduite des patients afin de lutter contre les comportements abusifs;
- établir un réseau de pairs encourageant;
- fournir un accès à des professionnels offrant du soutien;

- confier aux dirigeant·e·s une plus grande responsabilité pour aborder les préoccupations éthiques afin qu'ils ou elles comprennent mieux les pressions auxquelles le personnel soignant est confronté;
- promouvoir la gentillesse et rappeler les façons efficaces et productives d'entrer en contact avec les gens;
- effectuer des évaluations des risques professionnels afin d'évaluer les procédures et les protocoles visant à atténuer les risques au mieux de leurs capacités;
- s'engager à modifier, dans la mesure du possible, les obstacles systémiques auxquels se heurtent la clientèle et le personnel.

## Stratégies d'adaptation pour le personnel soignant

Le personnel soignant peut prendre plusieurs mesures pour l'aider à faire face à un préjudice moral :

- faire part des préoccupations au dirigeant·e afin de s'assurer qu'il ou elle connaît les défis à relever;
- rechercher une psychothérapie et une aide professionnelle;
- pratiquer la pleine conscience et l'autoréflexion régulière;
- participer à des activités et à des événements qui renforcent le sentiment d'appartenance à la communauté;
- s'engager activement dans le soutien par les pairs;
- travailler et prôner consciemment des changements qui répondent aux préoccupations éthiques.

Grâce à une sensibilisation et une compréhension accrues du préjudice moral, nous pouvons tous offrir un meilleur soutien pour assurer le bien-être du personnel soignant afin qu'il puisse continuer à jouer un rôle essentiel dans la société. Une empathie et une gentillesse accrues font beaucoup de bien. Nous devons nous tenir responsables de notre façon d'agir afin de faire partie de la solution. Nous devons promouvoir une culture qui reconnaît un soutien solide aux pratiques éthiques. Il s'agit d'un

moyen viable de soutenir le personnel soignant attiré qui sert sans relâche nos communautés.

### Références :

1. Examiné par le personnel de Psychology Today (s.d.). Moral Injury. Psychology Today. Consulté le 18 janvier 2024 sur le site <https://www.psychologytoday.com/intl/basics/moral-injury> (seulement en anglais).
2. Ibid.
3. Ibid.
4. Kakarala, Sophia & Prigerson, Holly (9 février 2022). Covid-19 and Increased Risk of Physician Suicide: A Call to Detoxify the U.S. Medical System. *Frontiers in Psychiatry*. Consulté le 18 janvier 2024 sur le site <https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsy.2022.791752/full> (seulement en anglais).
5. Svoboda, Elizabeth (19 septembre 2022). Moral Injury is an Invisible Epidemic That Affects Millions. *Scientific American*. Consulté le 18 janvier 2024 sur le site <https://www.scientificamerican.com/article/moral-injury-is-an-invisible-epidemic-that-affects-millions/> (seulement en anglais).
6. Kakarala, Sophia & Prigerson, Holly (9 février 2022). Covid-19 and Increased Risk of Physician Suicide: A Call to Detoxify the U.S. Medical System. *Frontiers in Psychiatry*. Consulté le 18 janvier 2024 sur le site <https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsy.2022.791752/full> (seulement en anglais).
7. Svoboda, Elizabeth (19 septembre 2022). Moral Injury is an Invisible Epidemic That Affects Millions. *Scientific American*. Consulté le 18 janvier 2024 sur le site <https://www.scientificamerican.com/article/moral-injury-is-an-invisible-epidemic-that-affects-millions/> (seulement en anglais).
8. Centre de santé Homewood (s.d.). Moral Injury In Healthcare and the Role of Self-care. *Homewood Santé*. Consulté le 18 janvier 2024 sur le site <https://homewoodhealthcentre.com/articles/moral-injury-in-healthcare-and-the-role-of-self-care/> (seulement en anglais).
9. Centre de santé Homewood (s.d.). Moral Injury In Healthcare and the Role of Self-care. *Homewood Santé*. Consulté le 18 janvier 2024 sur le site <https://homewoodhealthcentre.com/articles/moral-injury-in-healthcare-and-the-role-of-self-care/> (seulement en anglais).
10. Svoboda, Elizabeth (19 septembre 2022). Moral Injury is an Invisible Epidemic That Affects Millions. *Scientific American*. Consulté le 18 janvier 2024 sur le site <https://www.scientificamerican.com/article/moral-injury-is-an-invisible-epidemic-that-affects-millions/> (seulement en anglais).



Nous attendons vos questions, commentaires ou suggestions. N'hésitez pas à nous écrire à l'adresse : [lignesdevie@homewoodssante.com](mailto:lignesdevie@homewoodssante.com)

Pour obtenir plus d'information, veuillez vous adresser à nos représentants des Services aux clients, à votre disposition 24 heures sur 24, sept jours par semaine, en français ou en anglais. Tous les appels sont strictement confidentiels.

1 866 398-9505

1 800 663-1142 (Toll-Free English)

1 866 433-3305 (ATS)

514 875-0720 Appels internationaux (frais virés acceptés)

Suivez-nous sur :  

Monhomeweb.ca

© Homewood Santé<sup>MC</sup> 2024 | \* Dans ce document, le masculin est employé comme genre neutre.