Fatigue compassionnelle – Des employés de la recherche animale témoignent

En septembre 2023, nous avions interrogé Kevin Dhondt, Vétérinaire, Charles River France, sur la fatigue compassionnelle qui peut toucher le personnel travaillant dans les animaleries de recherche. Phénomène encore méconnu, il est pourtant essentiel de le prendre en considération tant pour le personnel que pour les animaux. Nous avions alors lancé un appel à témoins auquel vous avez été nombreux à répondre.

Avertissement

Les témoignages présentés ci-dessous émanent de personnes, souvent en difficulté, qui ont accepté de partager leurs expériences dans le cadre de notre appel à témoins sur la fatigue compassionnelle dans la recherche animale.

Cet appel ayant pour objectif de comprendre les défis et les difficultés rencontrés par certains acteurs de ce secteur spécifique, les réponses présentées ici ne sont pas représentatives de ce que vit la majorité des personnels travaillant au contact d'animaux dans la recherche. Les expériences individuelles peuvent varier considérablement, et des opinions positives et enrichissantes peuvent également exister (et nous ont été partagées lors du recueil des témoignages). Nous avons choisi de ne pas les évoquer dans les témoignages présentés.

Nous encourageons nos lecteurs à considérer ces témoignages comme une perspective parmi d'autres, reconnaissant la diversité des expériences au sein de la communauté travaillant avec les animaux dans le cadre de la recherche et donc de ne pas en faire des généralités.

La fatigue compassionnelle désigne le sentiment d'**épuisement physique et émotionnel** que les professionnels du milieu médical, paramédical et de la recherche sont susceptibles de développer au **contact de la souffrance**, au point que leur vision du monde et leurs croyances fondamentales en sont profondément et durablement ébranlées.

Ce PDF est issu d'un export automatique du site du Gircor.
Il peut présenter des différences de mise en page par rapport à la version en ligne, seule version de référence.
Article original : https://www.gircor.fr/fatigue-compassionnelle-des-employes-de-la-recherche-animale-temoignent/

Les causes de la fatigue compassionnelle

Quand on évoque la fatigue compassionnelle, Maud, co-responsable d'une animalerie primate, nous confie : *"C'est épuisant de travailler avec les animaux et de veiller à leur bien-être. Je suis fatiguée quand je rentre chez moi."* Cléo, doctorante, souligne que « ***prendre quotidiennement soin de [ses] animaux demande une vigilance accrue et [la] fatigue rapidement***. »

Travailler avec des animaux requièrent une empathie associée aux soins quotidiens. De nombreux témoignages ont mis en lumière les défis organisationnels ayant un impact sur les émotions, parfois difficiles auxquels sont confrontées les animaleries de recherche. Morgane R, responsable de zootechnie pour le secteur public, mentionne *"un manque de moyens humains et financiers"* à l'origine des difficultés. Audrey, ingénieure d'études, déplore la gestion difficile de "*l'ensemble des activités liées aux animaux*" avec une équipe réduite et peu de perspectives de recrutement. Hajer, responsable d'animalerie dans un établissement universitaire, fait face à *"un turnover important, avec des difficultés pour trouver du personnel formé"*, soulignant **le manque de perspectives d'évolution professionnelle et les conditions de rémunération**. **Les animaleries, en tant que *"lieux confinés propices au développement de tensions"***, ajoutent une couche de complexité.

Morgane A., ingénieure d'études, souligne que *"depuis le passage inopiné des vétérinaires inspecteurs, certains de mes collègues se sentent complètement dépassés par les nouvelles procédures sanitaires. Avant leur passage, nos animaliers pouvaient intervenir d'eux-mêmes pour administrer des traitements aux animaux. Aujourd'hui, ce n'est quasi plus possible, et ils ont l'obligation de systématiquement passer par le vétérinaire en cas d'animal malade.* ***Les collègues en question se sentent impuissants, frustrés, tristes, et souffrent de voir leurs animaux souffrir sans pouvoir intervenir rapidement****. Cette nouvelle situation est très difficile à vivre".*

Charles, enseignant-chercheur, souligne que **la fatigue compassionnelle *"est également plus fréquente vis-à-vis des espèces proches de l'espèce humaine*** *(mammifères et oiseaux) que d'autres plus éloignées (poissons ou insectes)."* Xavier, gestionnaire logistique d'animalerie, explique que *"travaillant avec des chiens et des chats,* ***il est important d'avoir un certain degré d'attachement afin de mieux s'occuper d'eux mais pas trop pour que celui-ci ne soit pas destructeur lors du décès des animaux***" . Pour certaines espèces, le travail peut effectivement être parfois plus compliqué à gérer : les primates pour Ophélie ou Cléo, les rats pour Jean-Louis, ingénieur d'étude, qui souligne que ce sont *"des animaux attachants et sensibles et je m'en suis rendu compte au fur et à mesure de mon travail avec eux."*

La fatigue compassionnelle *"grandit avec le temps"* selon Myriam, ingénieure d'étude dans le secteur public. Samantha, ingénieure de recherche, confirme que *« cela ne devient pas plus facile avec le temps… »* . Clémence, expérimentatrice, mentionne : *"Je trouve de plus en plus difficile de travailler avec les animaux de laboratoire. Quand bien même nous essayons de raffiner les expériences au maximum ainsi que leur milieu de vie, les animaux subissent un stress qui ne me laisse pas indifférente et me stresse en retour."*

Selon S., zootechnicien, *"il y a dissonance cognitive entre certains actes réalisés et le fait d'aimer les animaux"* ; ce que confirment Méline, zootechnicienne : *"****Il est très difficile de séparer le travail et le côté amour des animaux***" et Amanda, zootechnicienne : *"Lorsque j'euthanasie des souris […], cela va à l'encontre du bien-être que je leur procure, surtout lorsque les souris sont actives et sans état général dégradé."* Pour Myriam, *"c'est la phase d'euthanasie qui est la plus douloureuse avec une fin de journée où on a l'impression de ne pas avoir fait quelque chose de bien ; ce n'est pas le cas mais le sentiment est là. »* C'est d'autant plus difficile *"que parfois les recherches n'aboutissent pas ou sont infructueuses"* et *"que certains projets sont mal montés ou mis en œuvre (faute de temps, d'argent, de moyens, de ressources humaines, de réflexion…)"* (S.).

Charles a quant à lui fait l'expérience de la fatigue compassionnelle lors d'études sur des espèces sauvages, et même lors d'observations comportementales, elle pouvait être favorisée par des pressions, indépendantes de l'étude, qui *"s'exercent sur la population étudiée (pollution, prédation, autres sources de dérangement humain, espèce en danger)."*

Pour certaines personnes, la période Covid a été compliquée. Une vétérinaire universitaire explique qu'en raison *"de l'arrêt d'un certain nombre de projets, des animaux ont dû être euthanasiés."* Manon, chef de projet préclinique dans une CRO, même si elle gère bien la compassion pour les animaux au quotidien, reconnaît : « ***Cela m'est arrivé lors du premier confinement lorsqu'il a fallu arrêter toutes***

Ce PDF est issu d'un export automatique du site du Gircor.
Il peut présenter des différences de mise en page par rapport à la version en ligne, seule version de référence.
Article original : https://www.gircor.fr/fatigue-compassionnelle-des-employes-de-la-recherche-animale-temoignent/

***nos études en cours en mettant à mort les animaux de l'animalerie**« .*

> La fatigue compassionnelle apparaît d'autant plus chez les personnes qui ont peu de contrôle sur les protocoles et peu d'informations sur les objectifs globaux de l'étude.
>
> *Charles, enseignant-chercheur*

Lindi, prestataire de services, a évoqué une étude menée *"sur des mammifères visant à tester l'effet d'un nouveau produit [et qui] s'est malheureusement terminée par la mise à mort non prévue de tous les animaux suite à l'atteinte des points limites*." Béatrice, agent de maîtrise, parle de *"périodes de surmenage qui ont entraîné des dérives [...] malgré l'existence de procédures qui cadrent ces actes"* même après *"plusieurs années d'alerte [et] de diplomatie bien en amont."* Manon, zootechnicienne, témoigne de *"mauvais traitements envers les animaux"*. Lorsqu'elle a proposé d'enrichir l'hébergement de ses souris avec le soutien de son directeur de thèse, Romane, doctorante, s'est heurtée à une certaine partie du personnel : *"Les animalières et animaliers s'occupant des souris au quotidien n'ont pas été à l'aise avec cela car ça les empêchait de voir les souris en passant. On m'a sommé d'enlever les enrichissements ou de venir moi-même m'occuper des souris tous les jours."* Elle note la dissonance avec sa formation expérimentateur animal où *"la question de l'enrichissement est très détaillée et scientifiquement étayée"*.

Un certain nombre de témoignages ont également pointé un manque de compassion de certains responsables et scientifiques : "***un manque de soutien hiérarchique avec une minimisation des problèmes***" (Béatrice) ou "***très peu de soutien de la part de nos supérieurs [malgré] les problèmes techniques, le stress et la pression***" (Christelle, responsable d'animalerie dans un établissement public). Quand Nelly a demandé à son responsable hiérarchique « *Pourquoi [elle] travaillait, il [lui] a répondu « pour gagner ma vie* » ».

Enfin, le regard des autres est parfois pesant comme le souligne Myriam : ***la société « devient de plus en plus critique sur l'utilisation de l'animal, c'est une pression supplémentaire.***"

À lire

Selon un article scientifique de Sarah Thurston et ses collègues, publié en 2021, sur un panel de 170 personnes ayant répondu à leur enquête, 86% d'entre eux ont vécu au moins une fois dans leur carrière en expérimentation de la fatigue compassionnelle. L'article, bien qu'il soit Nord-Américain, montre aussi que les personnels qui en savent le moins sur le but des recherches sont les plus susceptibles de subir cette fatigue compassionnelle, qui touche même le personnel administratif. Toujours selon cette étude, 41% des répondants ont vécu une période de fatigue compassionnelle rien que durant la période de crise Covid, concordant donc certains des témoignages recensés par le Gircor.

Les symptômes de la fatigue compassionnelle

Malheureusement, **la fatigue compassionnelle dépasse souvent le cadre du travail et la vie personnelle peut en être affectée**. Morgane R. témoigne d'*"émotions de plus en plus difficiles à gérer dans le cadre professionnel mais également personnel.* ***Irritabilité, fatigue et stress qui reviennent de suite après la prise de quelques jours congés***". Yvan, technicien animalier, explique qu'il n'a pas pu trouver le soutien auprès de ses proches : *"Je n'en ai parlé à personne sauf à ma compagne, qui n'y comprenait rien et me jugeait plutôt avec mépris."* Et même s'il ne fait pas de lien de causalité directe entre ses problèmes professionnels et personnels, il se demande dans quelle mesure *"les deux problèmes se sont entretenus mutuellement"* même s'il pense que la fatigue compassionnelle *« serait tout de même survenue mais aurait été moins prégnante sans [ses] soucis familiaux".*

La vie personnelle de Lindi a également été affectée car, dit-elle : *» je n'ai pas osé en parler à mon conjoint par honte d'un jugement négatif sur ce qui peut arriver aux animaux de recherche."* Elle ajoute que des soutiens sont *"nécessaires pour aider les travailleurs souffrant de fatigue compassionnelle [et que cela] serait un moyen de partager son expérience et ses émotions sans se sentir coupable ou jugé."* *"**Le niveau d'anxiété que [Charles a] pu observer allait jusqu'à des difficultés de sommeil et des difficultés relationnelles au sein des équipes de travail**."* Béatrice confie avoir des *"pertes de sommeil, une difficulté à se regarder dans une glace".*

Ce PDF est issu d'un export automatique du site du Gircor.
Il peut présenter des différences de mise en page par rapport à la version en ligne, seule version de référence.
Article original : https://www.gircor.fr/fatigue-compassionnelle-des-employes-de-la-recherche-animale-temoignent/

Fatima, technicienne, parle même de *“descente aux enfers”* : *“Chaque acte effectué sur un rongeur me faisait vomir au sens propre. Je n’arrivais plus à dormir, je passais mes nuits à penser au travail du lendemain.”*

J, ingénieur en imagerie sur gros et petits animaux, reconnait qu’*”il est parfois très dur de compenser ce que l’on ressent. Depuis que je fais de l’expérimentation animale je suis devenue végétarienne.”*. Pour elle, *“l’aspect psychologique est complètement oublié de l’expérimentation animale pour les manipulateurs. “*

Marie responsable d’animalerie rongeurs : *“Il devient parfois difficile, selon les périodes de notre vie, selon nos rencontres, l’évolution de notre vie personnelle et familiale, d’assumer les douleurs que nous provoquons aux animaux et d’arriver à gérer la culpabilité des euthanasies, nombreuses et régulières.”*

Se sortir de la fatigue compassionnelle

S’éloigner des animaux est souvent une solution définitive pour ne plus souffrir. Pour Yvan, *« le changement de poste est à mon avis la meilleure solution pour régler ce genre de problèmes. »* Suzanne, technicienne dans le public, évoque *“deux collègues (sur quatre) qui ont ou vont quitter l’entreprise à cause de cette fatigue. La science n’avance pas assez vite à leur goût en comparaison des vies animales sacrifiées”.* Fatima explique qu’elle a décidé de répondre à une offre de poste en mobilité : *« Je ne travaille plus avec les animaux certes. Ils me manquent mais je me sens beaucoup mieux. »* Pour Gwenn, directrice de recherche, s’éloigner des animaux a également été la solution : *« J’ai arrêté mon travail expérimental, impossible de continuer à faire ce grand écart entre mon vécu d’expérimentatrice et mes connaissances sur les capacités des animaux. »* Jean-Louis est du même avis : *« je ressens le désir de m’arrêter sur l’expérimentation animale et de ne plus jamais en refaire. Il me reste un an de contrat ».*

Camille, maître de conférence, explique : *« **A ce moment de ma carrière, j’ai hésité à changer de voie pour m’occuper des animaux […] au lieu de les utiliser à des fins de recherche. […] J’ai finalement réussi à surmonter la fatigue compassionnelle en optimisant mon travail (suivi très rigoureux du bien-être animal, optimisation des procédures…).** ”*

Redonner un sens à son métier est effectivement une piste. Amanda partage son engagement envers le bien-être des animaux de laboratoire en déclarant : *“Je me sens plus satisfaite lorsque je m’en occupe bien. Je leur donne le meilleur confort que je puisse leur donner ainsi que les soins appropriés quand cela est possible.”*

Morgane A. a contribué à l’ajustement des protocoles pour atténuer la douleur et le caractère traumatisant de certaines interventions, tout comme Charles, qui mentionne : *“J’ai également été amené à adapter les procédures auxquelles prenaient part certaines personnes [suite à] leur ressenti négatif”.*

Sophie partage son expérience en expliquant que *“l’euthanasie est moins pesante émotionnellement lorsqu’il y a une bonne prise en charge de la douleur de l’animal en amont et un raffinement maximum”*.

Prévenir la fatigue compassionnelle

Trouver un sens à ce que l’on fait semble indispensable. Jean-Louis témoigne : *“Je ne remets pas en cause l’utilisation des animaux dans la recherche scientifique car je pense qu’elle est encore primordiale et nécessaire dans certains cas, pour transposer avec l’humain, trouver de nouveaux traitements potentiels”.* Agnès, travaillant à l’université, explique : *“**Je fais en sorte de ne jamais oublier pourquoi je le fais (attente de résultats pour accroître nos connaissances dans le domaine biomédical)** ”*, une perspective partagée par Sandrine, technicienne animalière, qui souligne : *“Je me dis que c’est justement pour aider à sauver des vies [humaines], sans oublier [celles des animaux] dont on doit prendre soin jusqu’à leur fin.”*

Amandine, responsable d’animalerie, affirme que *“le pourquoi et l’importance du sens de ce que l’on fait, aide même si certaines fois c’est insuffisant”*. Lindi souligne que, même en cas d’études qui ne se déroulent pas comme prévu, il est essentiel que *“l’ensemble des personnes impliquées dans le projet reconnaisse que l’étude s’est mal passée, que les animaux ont souffert inutilement (même si cela a permis d’évincer ce candidat médicament mais c’est un résultat non publié) et que l’on souhaiterait s’excuser pour cela. Mais comment faire pour demander pardon aux animaux disparus ?”*

Camille, vétérinaire à l’université, explique : *“Étant vétérinaire pour de nombreuses animaleries, j’ai été en lien régulièrement avec les équipes et j’ai essayé de soutenir mes collègues en prenant des nouvelles de chacun*

Ce PDF est issu d’un export automatique du site du Gircor.
Il peut présenter des différences de mise en page par rapport à la version en ligne, seule version de référence.
Article original : https://www.gircor.fr/fatigue-compassionnelle-des-employes-de-la-recherche-animale-temoignent/

d'eux. Les échanges avec nous mais également entre eux les ont beaucoup aidés. ***J'ai également invité tous les personnels à se rapprocher de la psychologue du travail. Je déplore que notre psychologue du travail ne soit pas du tout informée et formée à ce risque particulier****. Je suis sa source de formation / information à ce sujet. Peut-être qu'un interlocuteur unique dédié à cette problématique, au sein du Gircor ou de l'AFSTAL pourrait apporter un appui et une écoute personnalisée pour notre activité.* ***Je suis persuadée que la charte de transparence […] est un outil important pour libérer la parole****. La culture du soin est également indispensable mais tarde encore à se mettre réellement en place dans certains établissements."*

Être bien entouré par ses collègues et ses proches est important comme le souligne Amandine *"Ma famille m'a entourée et aidée à surmonter [la fatigue compassionnelle]",* ce que corrobore Charles : *"j'ai pu surmonter ces difficultés partageant mes questionnements et mon ressenti avec des personnes dans le même champ professionnel mais également avec mon entourage personnel."*

Charles conclut : *"mieux communiquer à ce sujet et reconnaître comme naturels ces ressentis (****certaines personnes n'osent pas en parler par crainte d'être stigmatisées****) ; Impliquer l'ensemble des personnels qui réaliseront les procédures dans la formalisation des protocoles et très bien les informer sur les objectifs de l'étude ; Laisser la possibilité aux personnels de ne pas participer à une étude ; Donner des possibilités d'expression concrète de ces ressentis en faisant participer l'ensemble des personnels à la réflexion sur l'enrichissement et le raffinement des procédures, en mettant en place une réhabilitation des animaux de laboratoire."*

Conclusion

Ces témoignages montrent la réalité complexe de la fatigue compassionnelle. Cette détresse, liée à la responsabilité envers les animaux de laboratoire, impacte profondément la vie personnelle et professionnelle des employés travaillant dans des établissements utilisant des animaux. Malgré ces difficultés, les récits dévoilent des stratégies individuelles et collectives pour surmonter la fatigue compassionnelle. Des ajustements dans les protocoles, un soutien accru au sein des équipes, de la reconnaissance et de la gratitude institutionnelle émergent comme des solutions potentielles.

La prévention de la fatigue compassionnelle devient cruciale, avec des recommandations allant de la recherche de sens individuelle à la sensibilisation institutionnelle. La création d'un réseau de soutien professionnel est identifiée comme essentielle pour préserver la santé mentale des travailleurs.

Ces témoignages soulignent l'urgence d'une sensibilisation, d'un soutien accru et de changements structurels au sein des animaleries de recherche. Une réflexion collective et des actions concertées sont indispensables pour atténuer la fatigue compassionnelle et préserver le bien-être tant des travailleurs que des animaux.

À retenir

- Le dialogue avec ses collègues, ses proches ou toute autre personne est indispensable pour prévenir au mieux la fatigue compassionnelle.
- Sa prévention est indispensable pour préserver le bien-être des personnels comme celui des animaux.
- Les institutions doivent être conscientes de la compassion nécessaire à l'exercice de ces métiers et donc des risques associés pour une meilleure prise en compte.

En savoir plus

- Interview de Kevin Dhondt – Comprendre la fatigue compassionnelle en recherche animale : un défi méconnu (septembre 2023)
- La Croix – Recherche scientifique : sacrifier des animaux n'est plus une évidence (juin 2023)
- Les années lumière – Vers la reconnaissance de la fatigue compassionnelle (mai 2023)
- TheMetaNews – Des souris et des humains (mai 2023)

Ce PDF est issu d'un export automatique du site du Gircor.
Il peut présenter des différences de mise en page par rapport à la version en ligne, seule version de référence.
Article original : https://www.gircor.fr/fatigue-compassionnelle-des-employes-de-la-recherche-animale-temoignent/

Le Parisien – Expérimentation animale : quand les techniciens de labos s'attachent à leurs cobayes (avril 2023)

Cet article a été téléchargé depuis gircor.fr

Ce PDF est issu d'un export automatique du site du Gircor.
Il peut présenter des différences de mise en page par rapport à la version en ligne, seule version de référence.
Article original : https://www.gircor.fr/fatigue-compassionnelle-des-employes-de-la-recherche-animale-temoignent/