

# ENQUETE SUR LE STRESS

## Introduction

Deux notions concernant le stress sont importantes en pratique clinique pour le diagnostic et le traitement, celle de stress et celle de stressors.

- La notion de stressors correspond aux différents problèmes rencontrés par une personne au niveau professionnel, familial et social, comme la quantité d'informations à traiter par unité de temps, le nombre et l'importance des décisions à prendre, la charge professionnelle, les décalages entre le travail prescrit et le travail réel, l'inadéquation entre le type de travail et les désirs d'une personne, les différents changements de la vie, les difficultés relationnelles, une maladie .

- La notion de stress correspond à la réaction physiologique, émotionnelle, affective et psychologique de l'individu soumis aux stressors.

Les questionnaires et échelles d'évaluation du stress et des stressors, validées et utilisables aisément en pratique clinique sont peu nombreux.

Pour les stressors :

- L'échelle de Holmes et Rahe (1967) dont les items mettent en évidence les changements et les problèmes au cours de la vie,
- L'échelle d'autoévaluation des événements existentiels d'Andrew (1985),
- Le questionnaire d'événements d'Amiel Lebigre (1985),
- Le manuel d'entretien pour les événements et difficultés de vie (Life stress Events and Difficulties Schedule) de Brown et Harris.

Pour le stress et les stressors :

- Le questionnaire « Perceived stress » de Cohen et Williamson (1988)
- Le « Job Contents Questionnaire » de Karasek, qui évalue à la fois les facteurs externes professionnels et le sentiment de contrôle de la personne sur la situation

Pour les façons de faire face aux stressors :

- le questionnaire des « coping responses and social resources » de Billing et Moss.

Pour le support social :

Le questionnaire « Social support, life stress, and psychological adjustment » de Wilcox.

Ces échelles évaluent le plus souvent une dimension particulière d'un problème de stress :

- soit l'importance de l'ensemble des événements de vie,
- soit plus spécifiquement l'importance des stressors professionnels et du stress correspondant,
- soit la réponse d'ajustement aux stressors
- soit l'importance du soutien dont dispose le sujet pour faire face.

Certains d'entre eux, sont longs à mettre en place et peu compatibles avec l'activité clinique courante.

Il nous a paru intéressant de construire à partir des données de la littérature et de l'expérience clinique deux échelles d'autoévaluation, comportant peu d'items, aisées à comprendre et à remplir par les patients, faciles à dépouiller par les professionnels, explorant d'une part la manière dont un sujet perçoit ses stressors et la manière dont il perçoit sa réaction de stress.

Ces deux échelles ont été utilisées de manière satisfaisante dans la pratique clinique pendant quatre ans par plusieurs médecins, ce qui a permis d'améliorer la rédaction des items avant de faire l'objet d'une étude de validation que nous présentons dans cet article.

## Présentation des échelles

L'échelle d'évaluation des stressors (Annexe 1)

Le questionnaire comprend huit items explorant huit groupes de stressseurs potentiels. Le sujet évalue l'importance pour lui de chacun des items avec une cotation allant de 1, très peu d'impact à 6 impact extrêmement important. L'étendue du score est de 8 à 48.

L'échelle d'évaluation du stress (Annexe 2)

Le questionnaire comprend 11 items explorant 11 groupes de réactions possibles dans le stress. Le sujet évalue l'importance de la réaction avec une cotation allant de 1 très peu de réaction à 6 réaction extrêmement importante. L'étendue du score est de 11 à 66.

### Présentation des populations

Trois médecins généralistes et deux psychiatres ont proposé à 206 consultants de remplir des questionnaires des stressseurs et du stress.

Les diagnostics ont été posés dans quatre catégories : Sans diagnostic, stress, trouble anxieux, Troubles dépressifs, trouble de personnalité, dépendances alcooliques, avec une règle de prédominance : le trouble le plus saillant pose le diagnostic marqué.

Le tableau suivant résume les caractéristiques de la population :

<b>PRESENTATION DES POPULATIONS</b>			
<b>Population</b>	<b>Nombre total</b>	<b>Hommes</b>	<b>Femmes</b>
Population totale	206	77	129
Population sans diagnostic	47	27	20
Population stress	24	8	16
Population troubles anxieux	77	24	53
Population troubles dépressifs	25	4	21
Population troubles de personnalité	24	6	18
Population dépendances alcooliques	9	8	1

La comparaison de la répartition hommes femmes des populations est présentée dans le tableau suivant (Test chi2) :

Les

<b>Comparaison de la répartition hommes femmes</b>	Sans diagnostic	Stress	Troubles anxieux	Trouble de personnalité	Troubles dépressifs	Dépendances alcooliques
Chi 2	1,043	2,667	9,468	6,000	11,560	5,444
Degré de liberté	1	1	1	1	1	1
Signification asymptotique	,307	,102	<b>,002</b>	,014	<b>,001</b>	,020

populations Sans diagnostic, stress, trouble de la personnalité et dépendance alcoolique sont appariées du point de vue de la répartition des sexes.

Les populations Troubles anxieux et trouble dépressifs comportent plus de femmes que les autres groupes, ce qui est congruent avec les données habituelles : plus de femmes dans les troubles anxieux et dépressifs.

La répartition des ages est présentée dans le tableau suivant :

La

<b>REPARTITION DES AGES</b>	
Sans diagnostic	45,38
Stress	39,71
Troubles anxieux	43,53
Trouble dépressifs	41,29
Troubles de personnalité	43,88
Dépendances alcooliques	37,11

comparaison des moyennes des ages par population est présentée dans le tableau suivant (Test chi 2) :

<b>Comparaison des populations pour l'age</b>	Stress	Sans diagnostic	Troubles anxieux	Troubles dépressifs	Troubles de personnalité	Dépendances alcooliques
Chi 2	4,333	19,043	18,447	2,917	8,000	,000
Degré de liberté	16	31	36	18	15	8
Signification asymptotique	,998	,954	,993	1,000	,924	1,000

Les populations sont appariées pour les moyennes des ages.

La répartition par types de profession est présentée dans le tableau suivant :

La comparaison des populations par type de profession est présentée dans le tableau suivant (Test chi2) :

Les	<b>Comparaison des populations pour la profession</b>	Sans diagnostic	Stress	Troubles anxieux	Troubles dépressifs	Trouble de personnalité	Dépendances alcooliques
	chi-deux	32,021	8,917	77,632	18,083	14,000	8,000
	Degré de liberté	5	4	5	4	5	2
	Signification asymptotique	,000	,063	,000	,001	,016	,018

populations Stress, Trouble dépressifs, Troubles de personnalité, sont appariées pour le type de profession.

Les populations Sans diagnostic, Troubles anxieux, Troubles dépressifs se différencient par rapport aux trois populations précédentes mais également entre elles.

<b>PRESENTATION DES POPULATIONS PAR TYPE D'ACTIVITE PROFESSIONNELLE</b>						
<b>Professions</b>	<b>Enseignants</b>	<b>Employés, ouvriers</b>	<b>Cadres</b>	<b>Santé, social</b>	<b>Libéral commercial</b>	<b>Sans activités professionnelle</b>
Population totale	31 15,3%	97 47,5%	21 10,3%	5 2,4%	12 5,9%	38 18,6%
Population Sans diagnostic	8 17,2%	21 44,7%	5 10,6%	2 4,25%	2 4,25%	9 19%
Population Stress	2 8,3%	9 37,5%	6 25%	2 8,4%	0 0%	5 20,8%
Population Troubles anxieux	10 13,1%	38 50%	2 2,6%	1 1,4%	6 7,9%	19 25%
Population Troubles dépressif	3 13,04%	13 56,52%	3 13,04%	0 0%	2 8,69%	2 8,69%
Population Troubles de personnalité	7 24,14%	9 31,03%	4 13,79%	1 3,45%	6 20,68%	2 6,91%
Population Dépendances alcooliques	1 12,5%	6 75%	0 0%	0 0%	0 0%	1 12,5%

Les populations correspondant aux différents diagnostics sont appariées pour la variable age.

Les populations Sans diagnostic, Stress, Trouble de personnalité, Dépendances alcooliques sont appariées pour la variable sexe.

Les populations Troubles anxieux et Troubles dépressifs sont appariées entre elles, mais non appariées avec Sans diagnostic, Stress, Trouble de personnalité, Dépendances alcooliques.

Les populations Stress, trouble de personnalité, dépendances alcooliques sont appariées pour la variable Type de profession, mais ne le sont pas avec les populations Sans diagnostic, Troubles anxieux, Troubles dépressifs. Ces dernières se différencient également entre elles.

L'appariement des populations est donc discutable pour les différentes populations en fonction des diagnostics excepté l'âge moyen. Ces différences correspondent en général aux données épidémiologiques habituelles pour la variable sexe.

### Fidélité test re-test de l'échelle du stress

La fidélité test- retest est évaluée avec 27 personnes remplissant l'échelle à quinze jours d'intervalle.

<b>Echelle du stress</b>		Première passation	Seconde passation
Première passation	Corrélation de Pearson	1	,715
	Sig. (bilatérale)	,	<b>,000</b>
	N	27	27
Seconde passation	Corrélation de Pearson	,715	1
	Sig. (bilatérale)	<b>,000</b>	,
	N	27	27

\*\* La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

### Fidélité test-retest de l'échelle des stressseurs

La fidélité test- retest est évaluée avec 26 personnes remplissant l'échelle à quinze jours d'intervalle.

<b>Echelle des stressseurs</b>		Première passation	Seconde passation
Première passation	Corrélation de Pearson	1	,786
	Sig. (bilatérale)	,	<b>,000</b>
	N	27	27
Seconde passation	Corrélation de Pearson	,786	1
	Sig. (bilatérale)	<b>,000</b>	,
	N	27	27

\*\* La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

La fidélité test retest est très satisfaisante pour les deux échelles.

**Comparaison des scores de l'échelle des stressseurs par population, un test par paire est effectué**

	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence		t	Degré de liberté	Signification (bilatérale)
				Inférieure	Supérieure			
Paire 1 Sans diagnostic/troubles de personnalité	8,87	7,887	1,645	5,46	12,28	5,393	22	<b>,000</b>
Paire 2 Sans diagnostic/troubles anxieux	5,8085	7,02059	1,02406	3,7472	7,8698	5,672	46	<b>,000</b>
Paire 3 Sans diagnostic/stress	9,17	7,688	1,569	5,92	12,41	5,841	23	<b>,000</b>
Paire 4 Sans diagnostic/troubles dépressifs	-10,08	10,492	2,098	-14,41	-5,75	-4,804	24	<b>,000</b>
Paire 5 Sans diagnostic/dépendances alcooliques	-7,88	9,508	3,362	-15,82	,07	-2,343	7	,052

L'échelle des stressseurs différencie bien le score de la population sans diagnostic des scores des autres populations séparément excepté Dépendances alcooliques. Elle ne différencie pas les différentes populations avec diagnostic entre elles.

## Comparaison des scores de l'échelle de stress par population, un test par paire est effectué

	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence		t	Degré de liberté	Signification (bilatérale)
				Inférieure	Supérieure			
Paire 1 Sans diagnostic/troubles de personnalité	14,21	13,875	2,832	8,35	20,07	5,017	23	<b>,000</b>
Paire 2 Sans diagnostic/troubles anxieux	13,1702	9,67138	1,41072	10,3306	16,0098	9,336	46	<b>,000</b>
Paire 3 Sans diagnostic/stress	13,29	9,782	1,997	9,16	17,42	6,656	23	<b>,000</b>
Paire 4 Sans diagnostic/troubles dépressifs	-12,56	11,676	2,335	-17,38	-7,74	-5,378	24	<b>,000</b>
Paire 5 Sans diagnostic/dépendances alcooliques	-9,67	14,018	4,673	-20,44	1,11	-2,069	8	,072

L'échelle du stress différencie bien le score de la population sans diagnostic des scores des autres populations séparément, excepté Dépendances alcooliques. Elle ne différencie pas les différentes populations avec diagnostics entre elles.

### Caractéristiques des populations cumulées :

**Stress, Troubles anxieux, Troubles dépressifs, Troubles de personnalité**

**Comparées à la population :**

**Sans diagnostic**

<b>Avec diagnostics, sauf dépendances alcooliques</b>	Echelle de stress	Echelle des stressseurs	<b>Sans diagnostic</b>	Echelle de stress	Echelle des stressseurs
N	150	149	N	47	47
Moyenne	<b>38,55</b>	<b>21,73</b>	Moyenne	<b>24,79</b>	<b>14,04</b>
Minimum	18	8	Minimum	9	7
Maximum	59	57	Maximum	38	27
Ecart-type	8,478	7,208	Ecart-type	6,692	4,086

Comparaison des moyennes des échelles des stresseurs et du stress des populations Sans diagnostic et Avec diagnostics	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence		t	Degré de liberté	Signification (bilatérale)
				Inférieure	Supérieure			
Echelle des stresseurs Sans diagnostic/Avec Diagnostics	9,37	8,383	1,236	6,88	11,86	7,580	45	<b>,000</b>
Echelle de stress Sans diagnostic/Avec diagnostics	15,13	12,655	1,846	11,41	18,84	8,195	46	<b>,000</b>

Les échelles des stresseurs et du stress différencient significativement les populations Avec diagnostics et sans diagnostic.

### Comparaison des scores des échelles du stress et des stresseurs avec ceux des autres échelles

La comparaison est calculée avec :

L'Inventaire de personnalité d'Eysenck, L'échelle anxiété trait état de Spielberger, l'Inventaire de dépression de Beck à 21 items, l'échelle d'évaluation du comportement de type A de Bortner, l'échelle du sens de la cohérence d'Antonovsky, les échelles de la communication et de l'affirmation de soi de Cungi

Le tableau ci-dessous présente les résultats :

Comparaison des scores des échelles du stress et des stresseurs avec ceux des autres échelles : Inventaire de personnalité d'Eysenck, Echelle anxiété trait état de Spielberger, Inventaire de dépression de Beck à 21 items, Echelle d'évaluation du comportement de type A de Bortner, Echelle du sens de la cohérence d'Antonovsky, Echelles de la communication et de l'affirmation de soi de Cungi												
		Echelle de stress	Echelle des stresseurs	E de l'inventaire de personnalité d'Eysenck	N de l'inventaire de personnalité d'Eysenck	Trait de l'échelle anxiété trait état de Spielberger	Etat de l'échelle anxiété trait état de Spielberger	Inventaire de dépression de Beck 21 items	Echelle de Bortner	Echelle du sens de la cohérence d'Antonovsky	Echelle de communication	Echelle d'affirmation de soi
Echelle de stress	Corrélation de Pearson	1	,372	-,374	,745	,626	,587	,748	,029	-,598	-,494	-,617
	Sig. (bilatérale)	,	<b>,000</b>	,016	<b>,000</b>	<b>,000</b>	<b>,000</b>	<b>,000</b>	,855	<b>,000</b>	,008	<b>,000</b>
	N	206	204	41	41	42	42	42	41	31	28	31
Echelle des stresseurs	Corrélation de Pearson	,372	1	-,114	,411	,230	,441	,180	,245	-,153	-,138	,011
	Sig. (bilatérale)	<b>,000</b>	,	,483	,008	,148	<b>,004</b>	,261	,127	,418	,493	,956
	N	204	204	40	40	41	41	41	40	30	27	30

Les scores des échelles des stressseurs et du stress sont fortement corrélés

Les scores de l'échelle du stress sont fortement corrélés avec :

- La dimension neuroticisme (N) de l'inventaire de personnalité d'Eysenck
- Les dimensions trait et état de l'échelle d'anxiété trait état de Spielberger
- Le score de l'inventaire de dépression de Beck à 21 items
- L'échelle du sens de la cohérence d'Antonovsky
- L'échelle d'Affirmation de soi de Cungi

Les scores de l'échelle des stressseurs ne sont corrélés qu'avec la dimension état de l'échelle d'anxiété trait état de Spielberger.

Charly CUNGI (2005)