



Etude de l'Observatoire AMAROK menée par Olivier TORRES et Mathieu LE MOAL de l'Université de Montpellier.

Merci de mentionner les auteurs de l'étude en cas de citation

Pour tout contact : Professeur Olivier TORRES,
olivier.torres@umontpellier.fr

Du risque de burnout au bien-être des maires français : sortir de l'ignorance

La France compte le plus grand nombre de maires au monde. Ils sont **34 893** (source RNE) et jouent un rôle important dans le tissu social français. La santé mentale des maires est donc un sujet d'intérêt général. La présente étude révèle pour la première fois des statistiques sur la santé mentale des maires et décrypte les événements positifs et négatifs auxquels ils sont confrontés dans leur existence quotidienne. Voici les points clés de cette recherche :

- 1) Cette étude traite d'un **sujet jusqu'alors ignoré : la santé mentale des maires** français.
- 2) **300 600 données collectées auprès de 1120 maires** lors de la première collecte du 22 février 2024 jusqu'au 13 mars 2024, puis de **900 maires** lors de la seconde collecte du 7 juin au 11 juillet 2024.
- 3) Sur la base d'un **échantillon représentatif¹**, redressé en fonction de l'âge, du sexe et du cumul avec un emploi, **31,40%** des maires font face à un début d'épuisement et **3,48% sont en risque sévère d'épuisement**.
- 4) **69,3% des maires** affichent une satisfaction en tant qu'élu, ce qui contraste avec la perception générale

¹ Pour des raisons liées au RGPD, cet échantillon a exclu les maires des communes de plus de 10 000 habitants, soit 2,78 % de la population totale. Grâce aux ajustements effectués, cet échantillon reste représentatif et couvre 97,23 % de la population totale des maires.

- 5) Les **femmes maires** présentent un risque de burnout significativement plus élevé. De même, **l'isolement du maire** est un facteur aggravant.
- 6) **34 évènements positifs**, les “satisfacteurs”, ont été catégorisés et hiérarchisés pour construire un “**satisfactomètre**” des maires. Outre les aspects familiaux, **les satisfacteurs les plus intenses** sont la “*fin/réussite d'un projet/dossier*”, les “*cérémonies/célébrations*” et la “*bonne entente avec le conseil municipal*”.
- 7) **34 évènements négatifs**, les ‘stresseurs’, ont été catégorisés puis hiérarchisés pour construire un “**stressomètre**” des maires. **Les stresseurs les plus intenses** sont la “*complexité/lourdeur administratives*”, la “*charge de travail de la fonction/manque de temps*” et les “*difficultés liées aux subventions*”.
- 8) Ces **deux outils – stressomètre et satisfactomètre – sont valides et prédictifs** du risque de burnout des maires et de leur état de bien-être. Ils permettront de bâtir ‘*AMAROK e-SANTE Maires*’, un **dispositif inédit de prévention contre le burnout des maires avec une cellule d'écoute intégrée**.

Recherche conçue et financée par l'Observatoire AMAROK, association à but non lucratif et le LABEX Entreprendre de l'Université de Montpellier en collaboration avec l'AMRF (Association des Maires Ruraux de France). **Pour tout contact : Pr. Olivier TORRES, Université de Montpellier : olivier.torres@umontpellier.fr**

En partenariat avec



AMRF/ Cédric SZABO, directeur, cedric.szabo@amrf.fr

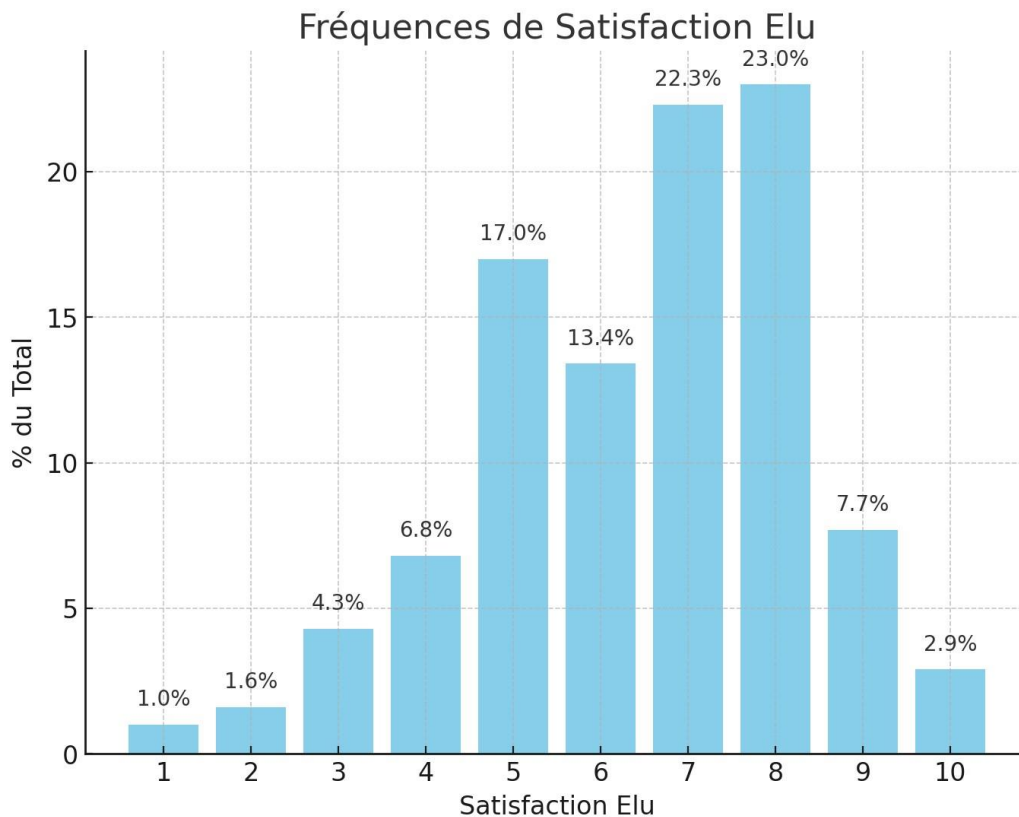
Une recherche inédite sur la santé mentale des maires

Les maires jouent un rôle central dans la vie démocratique et le fonctionnement de la République, étant souvent les premiers points de contact entre l'État et les citoyens. Ils sont en première ligne pour répondre aux besoins de leur commune, gérer les crises locales, et représenter les valeurs républicaines au quotidien. Dans les enquêtes d'opinion sur les institutions et la confiance du Cevipof, ce sont généralement les maires - et les patrons de PME - qui caracolent en tête, loin devant les 'grands' élus nationaux, européens et les grandes firmes multinationales (Cheurfa et Chanvril, 2019). L'identité française est très attachée à la vie municipale.

Pour autant, mesurer pour prévenir le burnout des maires et se soucier de leur bien-être sont des préoccupations totalement inédites. Cette population a été oubliée car les maires ne sont pas une population au travail. Ils ne perçoivent pas de salaire mais une indemnité tant qu'ils exercent leur fonction, électorale de surcroît, donc à durée limitée au mandat. À l'exception des travaux pionniers de Weinberg et Cooper (Weinberg et al, 1999 ; Weinberg et Cooper, 2003 ; Weinberg, 2012) qui portaient sur la santé mentale des députés britanniques, la santé mentale des maires n'a jamais été abordée de manière rigoureuse et méthodique. Cette lacune est d'autant plus regrettable que les maires sont parfois malmenés dans leur fonction et qu'ils constituent un des socles de nos démocraties.

À l'aide de deux enquêtes successives, cette étude menée par le Pr. Olivier TORRES et Mathieu LE MOAL, chercheurs à l'Université de Montpellier, a collecté 300 600 données auprès de 1120 maires lors de la première enquête du 22 février 2024 jusqu'au 13 mars 2024, puis de 900 maires lors de la seconde enquête du 7 juin au 11 juillet 2024.

Une forte satisfaction des élus locaux (69,3%) qui contrastent avec la perception générale.



Le graphique présente les fréquences de réponses à la question sur la satisfaction des élus, allant de 1 (très peu satisfait) à 10 (très satisfait). On observe que la majorité des élus ont exprimé une satisfaction modérée à élevée, avec des pics de réponses aux niveaux 7 (22,3%) et 8 (23,0%). Ces deux catégories représentent près de la moitié des répondants, ce qui indique une satisfaction très positive. Les niveaux de satisfaction les plus bas (1 à 3) sont très peu représentés. A peine 6,9% des élus sont très insatisfaits. Au total, ce sont 69,3% des maires qui affichent une satisfaction positive.

Ce résultat contraste fortement avec la perception générale que l'on pourrait avoir de la satisfaction des élus. En effet, alors que l'on pourrait s'attendre à une insatisfaction plus marquée au vu des débats publics et des défis auxquels les élus sont confrontés, les données révèlent une satisfaction relativement élevée. Cette disparité entre la perception commune et la réalité mesurée montre que, malgré les difficultés, une majorité d'élus se sentent satisfaits de leur situation actuelle. Cela souligne aussi l'importance de se baser sur des données concrètes plutôt que sur des impressions générales pour évaluer le moral des élus.

Toutefois, ce chiffre encourageant doit être complété par l'état de l'épuisement de cette population. Que donnent les mesures précises et sont-elles alarmantes ?

Un risque de burnout sévère pour 3,48% de la population étudiée.

L'échelle retenue est le BMS-10 car c'est une échelle courte (10 items) et préventive. Cette échelle a été traduite en français (Lourel et al, 2007). Nous avons adapté cette échelle à la fonction de maire. Ainsi, la phrase d'accroche a été « Actuellement, quand vous pensez à votre fonction d'élue(e)... ».

Sur cette échelle dont les scores s'échelonnent de 1 à 7, Malach-Pines (2005) établit trois stades : un niveau inférieur à 4 indique une absence de burnout. Entre 4 et 5,5, il y a une apparition du syndrome du burnout. Lorsque le score dépasse 5,5, Malach-Pines (2005) considère que le risque est sévère et qu'il y a un besoin d'assistance.

Après redressement, notre échantillon est représentatif des maires français en fonction du sexe, de l'âge, du cumul avec une activité professionnelle et de la répartition géographique. Le score moyen de burnout est de 3,36 pour un score maximal de 7.

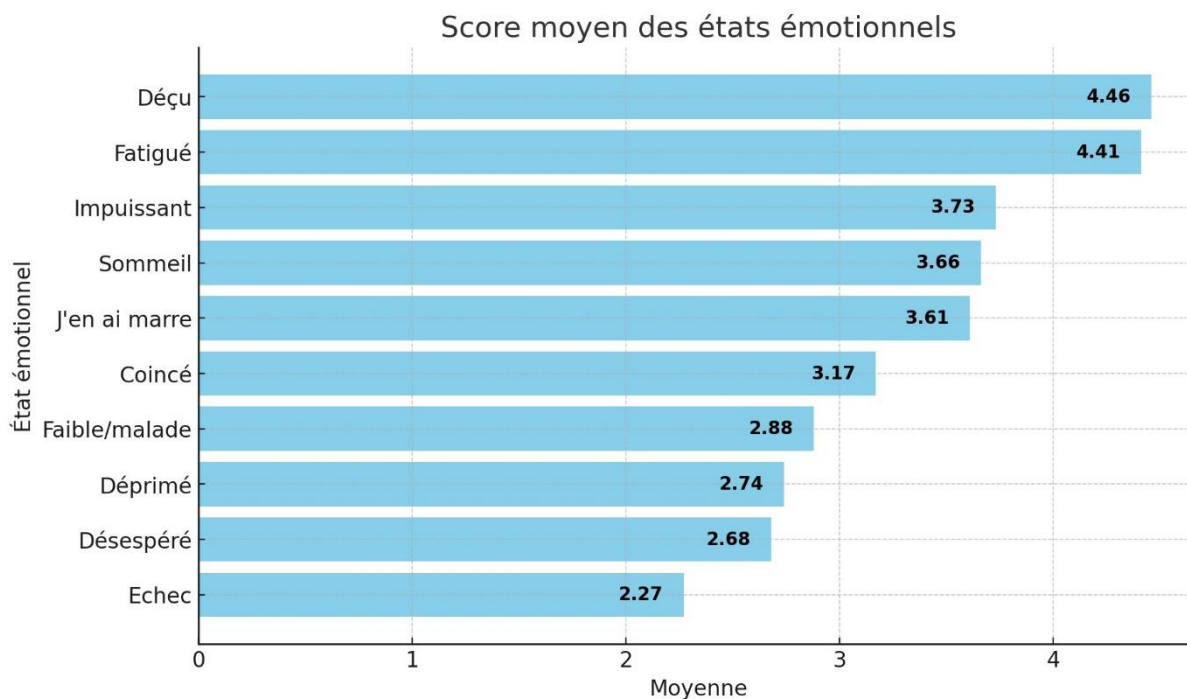
31,40% des maires français éprouvent une présence d'épuisement dans leur fonction (score supérieur ou égal à 4). Plus grave, 3,48 % d'entre eux sont en situation d'épuisement sévère (score supérieur ou égal à 5,5), ce qui correspond à une fourchette² de 1 142 à 1 218 maires actuellement en France.

Bien que ce chiffre puisse paraître préoccupant, il demeure proche de ce que L'Observatoire Amarok a pu observer par le passé au sujet de l'épuisement des dirigeants de PME (cf. Torrès et al., 2021).

Les maires français expriment un syndrome d'épuisement de frustration

Voici les statistiques descriptives après redressement (N = 900 maires interrogés) organisées du score le plus élevé au moins élevé.

² Avec un échantillon de 900 répondants, la marge d'erreur pour un niveau de confiance de 95 % est de 3,22 %.



La composition de cet épuisement laisse apparaître un quinté supérieur constitué d'un sentiment de déception, de fatigue, d'impuissance, d'un mauvais sommeil et du sentiment de lassitude (j'en ai marre). La déception, la fatigue et le mauvais sommeil ainsi que le sentiment de lassitude (j'en ai marre) sont généralement la conséquence de personnes très investies dans leur travail (logique de projet, bourreau de travail...). C'est ce que Farber (1990) appelle le syndrome frénétique lié à une surcharge de travail, à une forte ambition et à une forte implication (Montero Marin, 2016). Ce sont des résultats que nous avons souvent observés dans le monde des dirigeants de PME.

Mais dans le cas des maires, ce qui semble singulier, c'est le score du sentiment « d'impuissance » qui est relativement plus élevé que d'habitude (Torrès et al., 2021). Ce sentiment d'impuissance occupe la troisième position tandis qu'il est généralement chez les dirigeants de PME³ en sixième position parmi les dix éléments constitutifs de l'épuisement mesuré par le BMS-10. Seule notre recherche sur la santé des dirigeants de PME durant le COVID avait révélé une impuissance aussi majeure, mettant en évidence un syndrome d'empêchement (Torrès et al., 2021). Le risque de burnout des maires est un mélange curieux entre le syndrome frénétique et celui d'empêchement. Les maires français sont à la fois très investis mais très empêchés (sentiment d'impuissance). Ils souffrent d'une forme de *syndrome d'épuisement de frustration*.

³ La comparaison des maires de petites communes avec les dirigeants de PME se fonde sur les résultats de la proposition suivante : « Le maire est un entrepreneur ». 78,9 % des maires répondent être tout à fait d'accord (30,8%) ou plutôt d'accord (48,1%). Weinberg a, quant à lui, comparé les députés britanniques à des top managers.

Dans son livre sur *les maires au bord de la crise de nerfs*, le politologue Foucault (2020 : 74) évoque leur « ras-le-bol face à leur impuissance à changer les choses et à améliorer la vie de leurs administrés ». Que ce soit l'appel de Saâles de Jean Vogel (2019) qui « dénonce les lois ruralicides décourageant les meilleures volontés », l'expression forte de Bernard Ravet (2020) qui évoque les « galériens de la République » face à « l'Etat qui empile les normes, les échelons administratifs et les lois et qui privent les maires de toute marge de manœuvre », ou encore l'ouvrage de Jean Baptiste Léon (2023) qui regrette que « le bon carburant s'épuise lorsque la route est trop longue, surtout si certains s'évertuent à le siphonner » et enfin cette « lutte quotidienne pris en étau entre les exigences toujours plus grandes des administrés et le désengagement notoire de l'Etat » que relate Pierre-Emmanuel Bégnny (2020), toutes ces prises de paroles participent du même constat, celui d'une impuissance accrue qui épuise à petits feux les meilleures volontés.

Deux outils novateurs : le stressomètre et le satisfactomètre des maires

Ces outils de mesure ont été établis sur la base des verbatims de la première collecte auprès de 1120 maires. Cette méthode est fondée sur la théorie des événements de vie (Holmes et Rahe, 1967) lesquels stipulent que la santé d'un individu dépend des expériences auxquels il est confronté. Nous avons dans un premier temps catégorisé les événements positifs et négatifs et dans un second temps on a estimé leur intensité en termes de stress et de satisfaction. Ces résultats peuvent être présentés sous la forme d'un stressomètre et d'un satisfactomètre des élus locaux.

Le satisfactomètre de la vie d'élus du maire – 25 évènements - et de sa vie personnelle (Perso) – 9 évènements.

SATISFACTOMÈTRE DES MAIRES[©]

INTENSITÉ MOYENNE DE SATISFACTION RESENTIE

📍 Heureux évènement familial	3,72
Fin/Réussite de projet/dossier	3,66
Cérémonie/Célébration	3,61
📍 Epanouissement des enfants et petits-enfants	3,55
📍 Vie conjugale	3,45
📍 Évènement amical	3,43
Bonne entente équipe/conseil municipal	3,43
Évènement(s)	3,42
Bonne gestion/entente avec les agents/personnels communaux	3,39
Réunion(s) réussie(s)	3,3
Rencontre(s)/Echange(s) positif(s)	3,27
Bonne entente entre maires/Intercommunalité	3,26
Bon fonctionnement de l'école	3,25
Labellisation	3,25
Aide/Résolution de problème d'un habitant	3,25
Dynamique associative	3,2
Bonne gestion des obligations communales/ Services publics	3,18
Bon climat social dans la commune	3,18
Lancement de projet/dossier	3,16
📍 Vie de famille	3,14
Satisfaction des administrés/habitants/citoyens	3,13
Satisfaction liée à mon mandat de maire	3,12
Satisfaction liée au budget/financement	2,96
Travaux/Chantiers/Ouvrages	2,95
Bon avancement en cours de projet/dossier	2,91
Obtention subvention(s)	2,9
Nouvelle installation	2,88
📍 Maison	2,86
📍 Vacances(s)/Voyage(s)/ Week-end	2,83
📍 Bonne santé/Soin de soi/Satisfaction de la vie	2,82
Reconnaissance/Remerciements/Retour(s) positif(s)	2,75
Recrutement	2,72
📍 Sentiment d'être soutenue	2,69
Sport/Loisir/Détente	2,53

ÉVÈNEMENTS SATISFACTEURS INTENSITÉ
(1 À 5)

© TORRES & LE MOAL, OBSERVATOIRE AMAROK, 2024

📍 Évènement lié à la vie personnelle

Ce satisfactomètre⁴ qui hiérarchise les événements positifs de la vie d'un maire en fonction de l'intensité de satisfaction qu'ils procurent est un bon reflet de la condition d'existence d'un élu. Il est composé de 25 satisfacteurs liés à la vie publique du maire et de 9 satisfacteurs qui relèvent de sa vie personnelle, familiale et amicale.

Au premier rang de la satisfaction d'un maire se trouve son environnement familial et amical. L'environnement personnel est un havre de paix et de ressourcement nécessaire à la vie d'un maire et de cet équilibre dépend en grande partie sa satisfaction globale.

Parmi les satisfacteurs liés plus directement à la fonction d'élu, la réussite d'un projet est le plus fort motif de satisfaction. La notion de « projet » est centrale dans la vie d'un maire. Il n'est pas surprenant que la fin d'un projet, marque de sa réussite, soit un des satisfacteurs les plus élevés de la vie du maire.

En deuxième position, les cérémonies ou célébrations sont des événements vécus comme étant très positifs. Cette forte satisfaction atteste de l'importance de la fonction de représentation du maire, fonction qui est une source de plaisir, de joie partagée et vraisemblablement de fierté de la part du maire.

Vient ensuite en troisième position une bonne entente avec l'équipe municipale, suivi de près par une bonne entente avec les agents dont il assume la responsabilité.

Les satisfacteurs liés à des aspects récurrents de la gestion municipale, bien qu'importants, ont tendance à obtenir des scores d'intensité plus bas. Les réunions et rencontres positives, l'aide apportée pour résoudre le problème d'un habitant ou la bonne gestion des obligations communales sont des satisfacteurs d'intensité plus moyenne. Le cadre de vie de la commune ressort également comme une source de satisfaction pour les maires.

Enfin, notons en queue de classement du satisfactomètre, des satisfacteurs d'ordre personnel. Ses propres vacances ou ses loisirs, sa bonne santé et sa satisfaction de la vie sont plus faiblement générateurs de satisfaction. Si la famille est un dôme protecteur, le maire se néglige en tant que personne et s'oublie souvent au profit de sa fonction publique de maire. Le sacerdoce conduit aussi à des sacrifices. Voyons à présent la hiérarchie des stressseurs du stressomètre mairial.

⁴ Le taux de fiabilité intercodeur (intercoder reliability) du satisfactomètre est de 79%. Concernant l'intracodage, le taux de concordance est de 81,59% pour le codeur 1 et de 84,85% pour le codeur 2. Ces résultats témoignent de la fiabilité et de la précision significatives du processus de codage (cf. Torrès et Le Moal, à paraître).

Le stressomètre de la vie d'élus du maire – 25 évènements - et de sa vie personnelle (Perso) – 9 évènements.

STRESSOMÈTRE DES MAIRES[©]

INTENSITÉ MOYENNE DE STRESS RESENTI

Complexité/lourdeur administratives	3,22
Charge de travail de la fonction/Manque de temps	3,1
Difficultés liées aux subventions	3,06
📍 Décès famille/proche(s)	2,97
Problèmes liés à un projet	2,94
Problèmes judiciaires	2,89
Fermeture(s)	2,86
Agression(s)/Menace(s)	2,81
Réunions de travail	2,76
Conflits/Problèmes avec un élu	2,74
Problème(s)/Conflit(s) avec les administrés	2,73
📍 Difficulté conciliation vie publique/vie personnelle/vie professionnelle	2,71
📍 Problèmes liés à la vie professionnelle	2,7
Gestion du personnel/agent	2,69
Urbanisme (PLU, PLUI...)	2,69
Catastrophe naturelle/Problème environnemental	2,68
📍 Problème de santé famille/proches(s)	2,68
Gestion des dossiers	2,6
Conflit(s)/Désaccord(s) avec un agent/employé communal	2,6
📍 Problème de santé personnel	2,57
Gestion travaux/chantiers	2,51
📍 Problème(s) liés aux parents	2,35
Opposition municipale	2,33
Gestion liée à l'eau	2,32
Intercommunalité/Communauté de communes	2,32
Voisinage	2,3
📍 Problèmes liés au couple	2,25
📍 Problèmes liés aux enfants/petits-enfants	2,23
Décès	2,19
Réunions publiques	2,13
Secrétaire	2,12
📍 Problèmes d'ordre matériel	2,09
Conseil municipal	2,07
Problèmes liés au budget	1,98

ÉVÉNEMENTS STRESSEURS INTENSITÉ
(1 À 5)

© TORRES & LE MOAL, OBSERVATOIRE AMAROK, 2024

📍 Événement lié à la vie personnelle

Ce stressomètre⁵ qui hiérarchise les événements négatifs de la vie d'un maire en fonction de l'intensité de stress qu'ils occasionnent est un autre bon aperçu de la condition d'existence d'un élu.

Ce sont les stressseurs de la vie publique qui constituent les sources les plus aigües. Avec un score de 3,22, le premier d'entre eux est la 'complexité et la lourdeur administratives'. Chaque décision, chaque projet nécessite une connaissance de textes juridiques, souvent en constante évolution. Les maires doivent gérer des domaines variés (urbanisme, éducation, sécurité...) qui impliquent des démarches administratives spécifiques, des demandes de subventions, des appels d'offres, etc. Cette multiplication des tâches peut rapidement devenir accablante. Et c'est bien pour cette raison que le deuxième stressseur est 'la charge de travail de la fonction et le manque de temps'. Cette surcharge de travail peut conduire à l'épuisement professionnel et à une baisse de motivation.

La gestion des subventions est le 3^{ème} stressseur majeur pour les maires, souvent source de frustration et d'incertitude. Les difficultés liées aux subventions, qu'il s'agisse de perte, de délai ou de refus, peuvent sérieusement entraver le développement de projets municipaux et affecter le moral des élus locaux.

Les 5 stressseurs les plus intenses sont liés à la gestion des projets, aux subventions, aux contraintes administratives et parfois judiciaires, occasionnant une forte charge de travail pour les maires.

Notons que les agressions, souvent médiatisées, sont également évaluées à un niveau élevé de stress mais n'apparaissent qu'à la 6^{ème} position. Parmi les autres sources de stress, les conflits sont durs à vivre, au premier rang ceux qui concernent les élus entre eux.

Un épuisement significativement plus élevé chez les femmes élues et les maires isolés

Coefficients du modèle de régression – risque de burnout des élus						
Adj. R-squared		0,494	Prédicteurs du risque de burnout	Estimation	β	P
			Stressomètre	0,02351	0,5191	< .001
			Isolement Elu	0,19401	0,2342	< .001
			Genre (a) : Femme – Homme	0,13452	0,134	0,008

⁵ Le taux de fiabilité d'intercodage (intercoder reliability) du stressomètre est de 78,5%. Concernant l'intracodage, nous avons atteint un taux de concordance de 87% pour le codeur 1 et de 84% pour le codeur 2. Ces résultats indiquent une fiabilité et une précision significatives du processus de codage (cf. Torrès et Le Moal, à paraître).

		Age	-0,00347	-0,0342	0,299 (Ns)
		Cumul d'emploi : Non - Oui	0,02348	0,0234	0,722 (Ns)
		Satisfactomètre	-0,01052	-0,2051	< .001

(a) modalité de référence = femme.

(Ns) : Non significatif

Un modèle de régression linéaire vise à identifier quels sont les facteurs significatifs dans l'explication d'un phénomène.

Un modèle de régression linéaire vise à calculer la force et la significativité de facteurs explicatifs d'un phénomène. Dans ce premier modèle qui concerne le risque de burnout, le R² ajusté de 0,494 est très satisfaisant. Cela signifie que les variables retenues dans le modèle ont une bonne part d'explication du phénomène global.

Trois facteurs amplifient significativement le risque de burnout. Au premier rang, le stressomètre des élus. Plus un maire est confronté à un grand nombre d'évènements négatifs, plus grande sera sa quantité de stress, plus élevé sera son risque de burnout. Ce résultat conforte la validité et la prédictivité de notre échelle. L'isolement est ensuite une autre cause de l'épuisement des maires. Ce résultat conforte l'idée communément admise du rôle délétère de la solitude sur la santé mentale d'un individu. Enfin, le troisième facteur significatif est le genre. Plus précisément, les femmes élues souffrent davantage d'épuisement que les hommes élus. D'autres analyses sont en cours, notamment concernant le cumul de rôles - entre la fonction d'élus, le cumul d'un emploi et le rôle familial - qui peut être plus aigu chez les femmes que chez les hommes.

Il est utile de noter que ni l'âge, ni le cumul avec un emploi – ce qui est plus surprenant – n'ont une influence sur le risque d'épuisement.

Enfin, un facteur atténue significativement le risque de burnout. Il s'agit du satisfactomètre lequel, comme on pouvait l'imaginer, à un effet significatif sur la réduction du risque de burnout. Ce résultat conforte la validité de cette échelle et son utilité à des fins de promotion de la bonne santé mentale des maires.

Nos échelles de stressseurs et de satisfacteurs sont donc validées. Leurs pouvoirs explicatifs sont forts. Conformément à l'adage *Bad is stronger than good* (Baumeister et al., 2001), le stressomètre a un plus fort pouvoir explicatif que le satisfactomètre (Lechat, 2014 ; Lechat et Torrès, 2017).

Un bien-être significativement plus élevé chez les maires qui se sentent moins stressés, peu isolés et plus satisfaits

Coefficients du modèle de régression – bien-être des élus						
Adj. R-squared		0,343	Prédicteurs du bien-être	Estimation	β	p
			Stressomètre	-0,01709	-0,363	< .001
			Isolement Elu	-0,14053	-0,1631	< .001
			Satisfactomètre	0,01615	0,3027	< .001
			Genre (a) : Femme – Homme	-0,0998	-0,0956	0,096 (Ns)
			Age	0,0067	0,0635	0,091 (Ns)
			Cumul d'emploi : Non – Oui	0,04624	0,0443	0,554 (Ns)

(a) modalité de référence = femme.

(Ns) : Non significatif

En ce qui concerne le bien-être des maires, le second modèle de régression ajusté présente un R-carré ajusté de 0,343, ce qui indique que 34,3 % de la variance du bien-être des élus est expliquée par les prédicteurs inclus dans le modèle. Cela suggère que le modèle a une assez bonne capacité à expliquer les variations du bien-être des élus en fonction des variables étudiées.

Parmi les prédicteurs significatifs du bien-être, on notera au premier rang le Stressomètre. Plus le stress est élevé, plus le bien-être diminue. Ce résultat est très significatif, mettant en lumière l'impact majeur du stress sur la réduction du bien-être des maires. Ensuite, l'isolement de l'élue montre également une relation négative significative avec le bien-être. A l'inverse, le satisfactomètre présente une relation positive et significative avec le bien-être. Plus les élus se sentent satisfaits dans leur fonction, plus leur bien-être est élevé. Ce facteur semble agir comme un fort protecteur contre les effets négatifs du stress et de l'isolement.

Parmi les prédicteurs non significatifs, ni le sexe, ni l'âge, ni le fait de travailler en *smc* de la fonction de maire n'ont un effet significatif sur le bien-être des maires.

Ces résultats peuvent guider les interventions visant à améliorer le bien-être des élus en se concentrant sur la réduction du stress et de l'isolement, tout en renforçant les facteurs de satisfaction dans leur rôle.

Analyse comparée des effets du stressomètre et du satisfactomètre sur le risque de burnout et le bien-être des maires

Le Stressomètre a un effet plus fort sur le risque de burnout ($\beta = 0,5191$) que sur le bien-être ($\beta = -0,363$). Cela signifie que le stress est un prédicteur plus puissant du risque de burnout que du bien-être. La gestion du stress est donc cruciale pour prévenir le burnout, même si elle est également importante pour le bien-être, mais avec un impact légèrement moindre.

En ce qui concerne le satisfactomètre, il a un effet plus fort sur le bien-être ($\beta = 0,3027$) que sur la réduction du risque de burnout ($\beta = -0,2051$). Cela suggère que la satisfaction est un facteur plus déterminant pour améliorer le bien-être que pour prévenir le burnout. Bien qu'elle contribue à réduire le risque de burnout, son rôle est plus central dans la promotion d'un bien-être positif.

En résumé, le stress joue un rôle plus dominant dans l'augmentation du risque de burnout que dans la réduction du bien-être, tandis que la satisfaction est plus influente pour améliorer le bien-être que pour réduire le risque de burnout. Ainsi, pour une stratégie équilibrée de gestion de la santé mentale des maires, il serait essentiel de cibler à la fois la réduction du stress (pour prévenir le burnout) et l'amélioration de la satisfaction (pour promouvoir le bien-être). Les deux facteurs sont importants, mais leurs influences respectives sont plus prononcées dans des domaines différents : le stress affecte principalement le burnout, et la satisfaction impacte principalement le bien-être.

Une République mature est une République qui protège ceux qui la servent : il est nécessaire – et serait si facile - d’agir.

Une République mature se doit de reconnaître la responsabilité réelle des maires et doit s'engager à les protéger non seulement en tant qu'élus, mais aussi en tant qu'individus dévoués au service public et à l'intérêt général. Comme l'écrit Jean-Louis Sanchez, directeur de l'ODAS (Observatoire national de l'action sociale décentralisé), « les maires, en raison de leur proximité avec les habitants et la durabilité de leur fonction, sont les mieux placés pour restaurer les liens entre générations, favoriser le rapprochement des cultures, rénover les solidarités juridiques et consolider la démocratie ». Les défis auxquels les maires sont confrontés sont nombreux : des pressions locales, des menaces de violence, des charges de travail écrasantes, et parfois un sentiment d'isolement et d'impuissance face aux décisions difficiles. Ces réalités rendent leur protection encore plus cruciale. Il est nécessaire d'agir pour garantir que les maires disposent des ressources nécessaires pour accomplir leurs missions sans craindre pour leur sécurité ou leur bien-être.

Cette étude a permis de combler une double lacune sur les sources de satisfaction et sur les risques encourus par les maires des communes françaises. En repérant les événements positifs et négatifs et en estimant leur intensité en termes de satisfaction ou de stress, il a été possible de construire deux outils valides et prédictifs de la santé du maire. Dans un futur proche, l'Observatoire AMAROK et l'AMRF vont mettre en place de manière opérationnelle un dispositif de santé mentale pour tous les maires avec un système de dépistage du risque de burnout et en cas de dépassement d'un seuil d'alerte de proposer une écoute aux élu(e)s.

En préservant les maires, la République se protège elle-même, en soutenant ceux qui sont au cœur de son fonctionnement quotidien et qui incarnent sa présence auprès des citoyens. Une République mature est une République qui protège ceux qui la servent.

Bibliographie

- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C., & Vohs, K. D. (2001). Bad is stronger than good. *Review of general psychology*, 5(4), 323-370.
- Bégnny, P.E. (2020), *Chers administrés, si vous saviez... La vraie vie d'un maire de terrain*, Editions Buchet-Chastel, 207p.
- Cheurfa M. & Chanvril F. (2019), *Baromètre de la confiance politique, 2009-2019 : la crise de la confiance politique*, Cevipof.
- Farber B.A. (1990), « Burnout in psychotherapist: incidence, types and trends », *Psychotherapy in Private Practice*, Vol.8, n°1, pp. 35-44.
- Foucault, M. (2020), *Maires au bord de la crise de nerfs – La démocratie locale peut-elle survivre ?* – Editions de l'Aube, 184p.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Medicine*, 11, 213-218.
- Lechat, T. (2014). Les événements stressants et satisfaisants de l'activité entrepreneuriale et leur impact sur la santé du dirigeant de PME, *Sciences de Gestion*, Université de Montpellier 1, 378p.
- Lechat, T. & Torrès O. (2017), "Stressors and satisfactors in entrepreneurial activity: An event-based, mixed methods study predicting small business owners' health", *International Journal of Entrepreneurship and Small Business*, Vol. 32, n°4, p. 537-569.
- Léon, J.B. (2023), *Joies et tribulations d'un maire landais*, Editions Lacour – Rediviva, 212p.

Montero-Marin J., Zubiaga F., Cereceda M., Piva Demarzo M. M., Trenc P. et J. Garcia-Campayo (2016), « Burnout Subtypes and Absence of Self-Compassion in Primary Healthcare Professionals: A Cross-Sectional Study », Plos One, Vol. 11, n°6, pp. 1-17.

Sanchez J.L. (2023), *Maires : le dernier rempart*, L'Harmattan, 121p.

Torrès, O. (sous la dir.) (2012), *La santé du dirigeant – de la souffrance patronale à l'entrepreneuriat salubre*, Editions De Boeck, 217p.

Torrès, O., Benzari A., Swalhi A., Thurik R. (2021) « Confinement et risque de burnout des dirigeants-propriétaires de PME : le syndrome d'épuisement d'empêchement », *Revue Internationale PME (RIPME)*, Vol. 34, n°2, pp.62-80.

Torrès, O. & Le Moal M. (à paraître), « Catégorisation des stressés et des satisfaisants de l'activité publique des maires-entrepreneurs de petites communes », CIFEPME, Québec, 21-23 octobre.

Vogel, J. (2019), *L'Appel de Saâles – Le combat d'un maire pour réveiller la France rurale*, Editions La Nuée Bleue, 288p.

Weinberg, A., Cooper, C. L., & Weinberg, A. (1999). Workload, stress and family life in British Members of Parliament and the psychological impact of reforms to their working hours. *Stress Medicine*, 15(2), 79-87.

Weinberg, A., & Cooper, C. L. (2003). Stress among national politicians elected to Parliament for the first time. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 19(2), 111-117.

Weinberg, A. (2012). Should the job of national politician carry a government health warning? The impact of psychological strain on politicians. *The psychology of politicians*, 123-142.

Les partenaires de l'étude sur la *Santé des maires*



Michel Fournier, président de l'AMRF, maire de Les Voivres dans les Vosges (88)

Pourquoi l'AMRF a noué un partenariat avec AMAROK ?

À l'AMRF, nous sommes attentifs au mal être des maires depuis plusieurs années, mais nous avons aussi la conviction qu'il faut parler du bien-être. Lorsque le Professeur TORRRES nous a présenté son projet, j'ai trouvé que les solutions étaient innovantes et qu'elles allaient dans le bon sens. A la lecture de ces données scientifiques, nous pouvons affirmer qu'exercer le mandat de maire est une aventure exceptionnelle sur le plan humain. Mais pour caractériser cela, il est important d'en objectiver les événements négatifs et positifs.

Notre perspective c'est de parler de 2026 et de changer les règles et les choses pour rendre cette fonction plus attractive et résoudre les points négatifs. Notre rôle est de peser sur les conditions d'exercice du mandat, et notamment sur le Statut de l'élu. Cette étude montre que nos combats sont pertinents mais que l'on peut sans doute insister davantage auprès de l'État, des Collectivités et de leurs partenaires, sur les contraintes administratives auxquelles sont confrontés les élus.

Quels sont les attentes de cette recherche inédite sur la santé des maires pour l'AMRF ?

Le nombre très important de retours à l'enquête est un premier révélateur des attentes des élus ruraux. Plus de 1700 maires ont répondu aux deux collectes de données, ce qui prouve que l'on répond à un réel besoin. Les outils d'analyse scientifique mobilisés permettent d'avoir une objectivation de sa propre situation. Le maire souffre aujourd'hui d'un sentiment d'impuissance et de manque de reconnaissance, qui est paradoxal car on a besoin des maires en permanence et nos élus disent leur satisfaction et leur volonté à agir.

Aujourd'hui, alors que nous avons un fort enjeu de renouvellement des générations, il est important de montrer les aspects positifs de notre mandat comme la passion et l'engagement. Si cette recherche nous aidera à développer une idée forte de notre réseau sur la qualité de l'engagement dans la fonction d'élu local, c'est aussi une alerte vis-à-vis de l'État quant aux solutions mises en place pour accompagner les élus dans leur quotidien.



John BILLARD, secrétaire général de l'AMRF, maire de Le Favril en Eure-et-Loir (28)

Quelle est votre analyse des résultats de cette recherche ?

Mon premier commentaire vient de la recherche elle-même. Si dans le cadre de mon activité au sein d'une Fondation d'Entreprise je connais bien les travaux du professeur Olivier TORRES sur la santé des dirigeants, c'est bien la première fois que l'on s'intéresse à la santé des maires. Les similitudes dans le rôle d'entrepreneur des maires expliquent à mon sens qu'un grand nombre d'élus aient répondu, et valident l'intuition de l'AMRF de soutenir cette recherche.

Le deuxième élément est que les résultats sont équilibrés. Ils pointent les dangers de la fonction de maire auxquels il faut remédier, mais aussi les nombreuses sources de satisfaction et de fierté de cette fonction. Néanmoins, constater que plus de 1200 maires en France sont en situation de risque sévère de burnout est un chiffre qui doit tous nous interpeller.

Que compte faire l'AMRF à la suite de ce travail d'investigation ?

J'adhère amplement à la conclusion de cette recherche, « une République mature est une République qui protège ceux qui la servent ». Le rôle de l'AMRF, au-delà de la question de la ruralité, est aussi de contribuer à des réflexions sur la fonction de maires et d'apporter des solutions efficaces au profit des élus locaux.

Deux outils ont été validés et sont prédictifs. Avec AMAROK et le professeur Olivier Torrès, l'AMRF va pouvoir mettre en place un dispositif de prévention des risques psychosociaux des maires mais aussi de sensibilisation des maires aux événements qui leur procurent de la satisfaction. Le volet positif est aussi important que le négatif.

Pour tout contact avec l'AMRF : M. Cédric SZABO – Directeur de l'AMRF

Courriel : cedric.szabo@amrf.fr

A propos des auteurs de cette recherche



Olivier Torrès est professeur à l'Université de Montpellier (MOMA) et fondateur de l'Observatoire AMAROK, qui se consacre à l'étude de la santé des dirigeants de PME. Pionnier dans ce domaine, titulaire de la chaire « Santé des entrepreneurs » au sein du Labex Entreprendre, il a mis en lumière l'importance de la santé mentale et physique des entrepreneurs, souvent négligée malgré les risques et pressions auxquels ces derniers sont exposés. Il est régulièrement sollicité pour des conférences et par les pouvoirs publics sur le sujet. Son travail a contribué à la mise en place du dispositif *Amarok e-Santé* auprès de 80 services de santé au travail en France et en Belgique. A ce jour, plus de 20 000 entrepreneurs ont pu être dépistés de leur risque de burnout. Une quatrième édition de l'ouvrage *La santé du dirigeant* va prochainement paraître chez De Boeck.



Mathieu Le Moal est psychologue du travail et doctorant aux Universités de Montpellier et Paul Valéry. Sous la direction de Laure Guilbert et d'Olivier Torrès, ses recherches se concentrent sur la santé des entrepreneurs, leurs stratégies de récupération et leur équilibre entre la vie professionnelle et la vie personnelle. Engagé dans l'observatoire AMAROK, il participe activement à l'analyse des facteurs de stress et de bien-être chez les dirigeants de PME. Son travail vise à approfondir la compréhension des dynamiques de récupération dans le monde entrepreneurial. Mathieu Le Moal est également impliqué dans plusieurs projets de recherche appliquée, visant à développer des outils concrets pour soutenir la santé des entrepreneurs.

Avec les collaborations de Bernard Marie AUGUSTIN, Laure CHANSELME, Sylvie SAKOUA et Guillaume SOENEN.

Recherche conçue et financée par l'Observatoire AMAROK, association à but non lucratif et le LABEX Entreprendre de l'Université de Montpellier en collaboration avec l'AMRF (Association des Maires Ruraux de France).

Remerciements :

Les auteurs remercient M. Michel FOURNIER, président de l'AMRF, M. John BILLARD, secrétaire général de l'AMRF et M. Cédric SZABO, directeur de l'AMRF ainsi que le personnel de l'AMRF qui a toujours été disponible pour mener à bien cette recherche. Les auteurs remercient également les maires qui ont participé à l'étude qualitative préalable : Catherine HAMELIN, maire de Fontain (Doubs 25), Guillaume VIAL, maire de Succieu (Isère - 38), Serge DELFILS, maire de Blamont (Doubs - 25), Marie-Pierre GUERIN, maire de La Meilleraye de Bretagne (Loire Atlantique - 44), Sylvie JOVILLARD, maire de Légny (Rhône - 69), Mélanie COSNIER, maire de Souvigné-sur-Sarthe (Sarthe - 72), Rachel BOURNIER, maire de Sauviat (Puy de Dôme - 63), Charlotte CARBONNEL, maire de Saint Martin de Castillon (Vaucluse - 84), Pierre LAULAGNET, maire d'Alba-la-Romaine (Ardèche - 07), François RIO, maire de St Jean de Védas (Hérault - 34) et Roger CAIZERGUES, maire de Lavérune (Hérault - 34).

Les auteurs, sensibles à la valeur des écrits, tiennent enfin à rendre hommage aux maires qui ont écrit des livres autobiographiques sur la condition d'existence de la vie d'un maire. Pas moins de neuf livres ont été recensés sur les 5 dernières années. Madame JURY et Messieurs BEGNY, BLANCKAERT, CASADEBAIG, LEON, LOISEAU, RAVET, TRAUMAT et VOGEL, en nous faisant partager vos joies et vos peines, vos doutes et vos espérances, vos sacrifices et votre sacerdoce, nous avons compris en lisant vos livres qu'en dignes héritiers de l'étymologie du mot maire (magnus ; major⁶), l'immense majorité des maires étaient aux confins de leur toute petite commune les plus grands serviteurs de la République.

Pour tout contact : Pr. Olivier TORRES, Université de Montpellier :
olivier.torres@umontpellier.fr

⁶ Le substantif masculin « maire » est la substantivation de l'ancien français maire, adjectif signifiant proprement « plus grand », lui-même issu du latin *major* (« plus grand »), comparatif de *magnus* (« grand »)