

EFFICACITÉ D'UNE PRISE EN CHARGE PLURIDISCIPLINAIRE DE LA PHOBIE DE L'AVION

Margot Ferrand, Xavier Tytelman, Alexis Ruffault, Cécile Flahault & Vélina Négovanska

LABORATOIRE PSYCHOPATHOLOGIE ET PROCESSUS DE SANTÉ

PARIS DESCARTES INSTITUT DE PSYCHOLOGIE

FLIGHT EXPERIENCE FLIGHT SIMULATOR

13e CONGRES DE L'ENCEPHALE 21, 22 & 23 Janvier 2015

INTRODUCTION

Près de 3 milliards de passagers transportés en 2014 dans 37 millions de vols enregistrés [1]. Pourtant, plus de 20% de la population européenne aurait peur de prendre l'avion [2]. L'aérophobie est une phobie spécifique de type situationnelle [3], dont les origines sont multifactoriels [4]. Des programmes de prise en charge de l'aérophobie se sont développés [5]. Toutefois, nous pouvons nous questionner sur la qualité et l'efficacité de ces programmes où l'implication de professionnels de santé (i.e psychologue) est quasi nulle malgré les spécificités cliniques de cette problématique. En effet, la littérature fait état de rares études portant sur l'efficacité globale de ces programmes. L'objectif de cette étude pilote est de mesurer l'efficacité globale du stage pluridisciplinaire « Prêt à décoller », développé par le Centre de Traitement de la Peur de l'Avion (CTPA) à Paris, réunissant psychologues, spécialistes de la météorologie et de la sureté aérienne et pilotes.

MÉTHODE

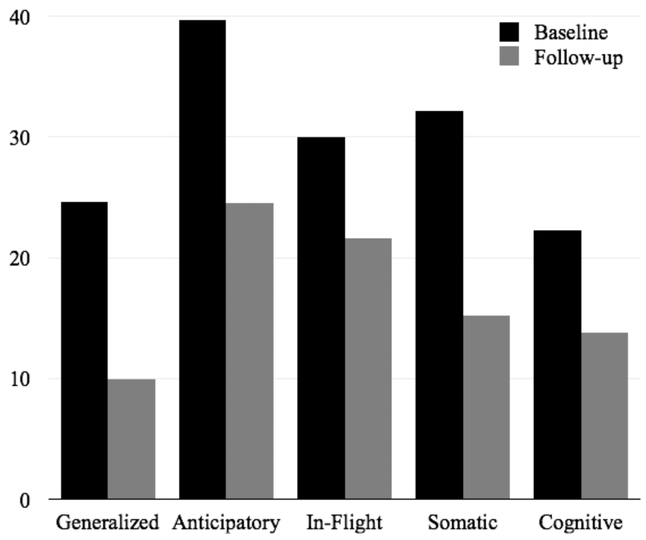
Critère d'inclusion.

- ✓ Diagniostic d'aérophobie (entretien téléphonique)
- ✓ Avoir un accès à internet et une adresse e-mail
- ✓ Remplir les questionnaires avant le stage (T1)
- ✓ Effectuer le stage
- ✓ Effectuer un vol après le stage
- ✓ Retourner les questionnaires post-vol (T2)

Mesures. Flight Anxiety Situations questionnaire (sous échelles: anxiété de vol généralisée, anxiété anticipatoire du vol, anxiété situationnelle) et Flight Anxiety Modality questionnaire (sous-échelles: modalité somatique, modalité cognitive).

Intervention. Le stage se déroule dans les locaux de la société Flight Experience (Paris). Quatre professionnels interviennent au cours de la journée : une psychologue, un spécialiste de la météorologie et de la sureté aérienne, et les pilotes. L'intervention se déroule sur une journée, limitée à 9 participants.
Le coût du stage est de 430 euros, avec possibilité de prise en charge par les mutuelles et les entreprises.
Le stage se compose de (1) une intervention psychologique, (2) une formation aux connaissances aéronautiques, (3) un vol dans un simulateur de vol professionnel.
Analyse statistiques. La consistance interne de chaque sous-échelles a été mesurée avant de comparer les moyennes (t de Student) avant et après l'intervention.

RÉSULTATS



α de Cronbach	
Anxiété somatique	0,97
Anxiété cognitive	0,91
Anxiété de vol généralisé	0,94
Anxiété anticipatoire du vol	0,92
Anxiété situationnelle	0,89

Figure 2. Scores d'anxiété moyens des participants en T1 (en noir) et en T2(en gris)

Pour chaque sous échelle des deux questionnaires, les **scores d'anxiété diminuent significativement (p<0,001)** après le premier vol suivant le stage comparitivement aux scores d'anxiété le précédent.

Les participants rapportent être moins anxieux à la suite de l'intervention sans qu'aucune différence significative ne soit observée entre les hommes et les femmes.

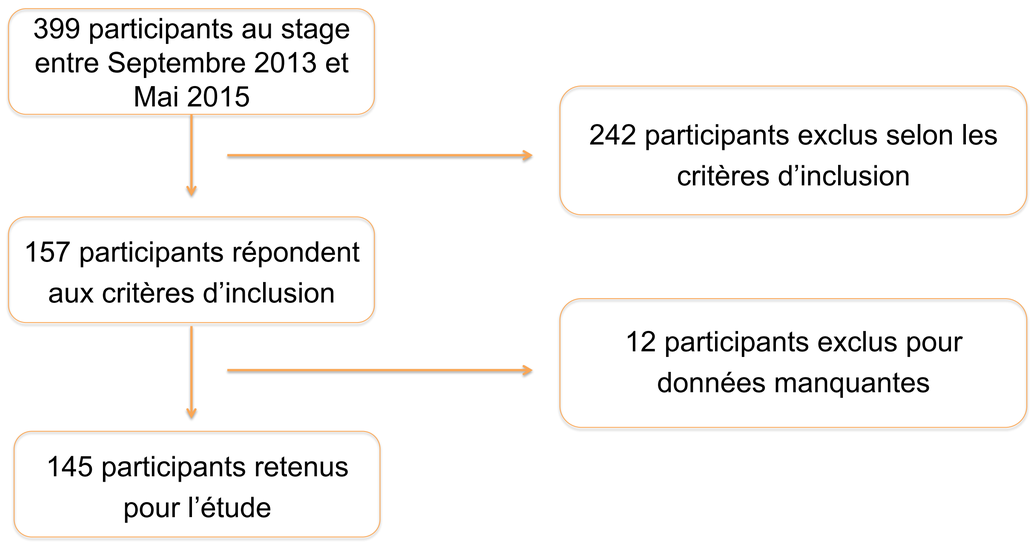
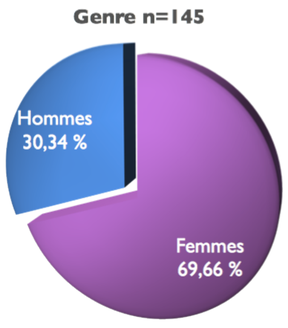


Figure 1. Flow-chart de l'inclusion des participants à l'étude



Age	
Moyenne	37
Écart-type	11
Minimum	14
Maximum	64

CONCLUSION

Le stage « Prêt à décoller » semble être particulièrement efficace dans la prise en charge de l'aérophobie en réduisant nettement l'anxiété liée à l'avion des participants au stage. Cette étude pilote montre ainsi l'importance de développer des programmes pluridisciplinaires incluant psychologues et professionnels aéronautiques aux côtés des participants, afin de garantir une prise en charge de qualité et efficace. Les recherches à venir ont pour objectif de mesurer si l'effet de l'intervention persiste à distance du stage (i.e 1 an après) en tenant compte des limites actuelles de cette étude (absence de groupe contrôle, biais de désirabilité, participants et intervenants non aveugles aux hypothèses de la recherche).

RÉFÉRENCES

[1] International Air Transport Association, 2013. [2] Van Gerwen LJ, Wolfger R. Fear_of_Flying. International Summer School on Aviation Psychology; 2007; Graz. [3] American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision (DSM-IV-TR). 4th ed. Arlington, VA: American Psychiatric Association; 2000. [4] Oakes M, Bor R. The psychology of fear of flying (part I): A critical evaluation of current perspectives on the nature, prevalence and etiology of fear of flying. Travel Med Infect Dis. 2010;8(6):327–38. [5] Van Gerwen LJ, Spinhoven P, Van Dyck R. Behavioral and cognitive group treatment for fear of flying: A randomized controlled trial. J Behav Ther Exp Psy. 2006;37(4):358–71.