

J'ai peur en avion !

Par Evelyne Jasse, psychologue-psychothérapeute (EMDR, hypnose, thérapie brève, EFT), www.resilience-psy.com

Deuxième partie : J'ai peur du crash !

On dit que l'avion est le moyen de transport le plus sûr. Oui mais il ne se passe plus un mois sans que les médias ne relatent de mortels accidents aéronautiques. Alors, finalement, que penser ? L'avion est-il sécurisant ou non ?

Oui, malgré les accidents de ces derniers mois, l'avion reste le mode de transport le plus sûr. Pour vous en convaincre, voici quelques chiffres sur la sécurité aéronautique :

- Sur base du PKT, c'est-à-dire sur le nombre de kilomètres parcourus, l'avion est 2 fois plus sûr que le chemin de fer, 10 fois plus que l'automobile, 20 fois plus que le bateau.
- On dénombre une trentaine d'accidents d'avion de compagnie commerciale par an. Ces accidents causent entre 1.000 et 1.200 décès (de 450 à 1.500) -soit 0,02 mort par 100.000 de PKT (Passagers par Kilomètre Transportés)- pour près de 2 milliards de passagers.
- En 2004, 464 personnes sur 1 milliard 800 millions voyageurs sont décédées dans un accident aéronautique impliquant une compagnie civile. Durant cette même période, dans le monde, 1 million 200 mille personnes ont succombé sur les routes. En Belgique, malgré les mesures de sécurité toujours plus importantes, la route tue plus de 1.300 personnes par an¹, soit près de 4 personnes par jour (1.315 en 2002²). Pour une personne qui meurt dans un accident d'aviation, près de 2.600 trouvent la mort sur les routes. Autre comparaison, le tabac tue 10 millions de personnes par an dans le monde. Pour atteindre un taux de mortalité équivalent en aéronautique, il faudrait que s'écrasent par jour 30 Boeing 747 ! En moyenne, une personne peut voler au moins une fois par jour pendant 40.800 jours avant de mourir dans un accident impliquant une compagnie d'aviation commerciale sérieuse !
- En 25 ans, le nombre de passagers a doublé (de 1 à 2 milliards) et le nombre de décès a diminué de moitié (de 2.000 à 1.000). Le risque de mourir dans un accident d'avion est 4 fois moins important qu'il y a 25 ans et 100 fois moins élevé qu'il y a 50 ans (2 morts par 100.000 de PKT en 1950 contre 0,02 aujourd'hui).
- Les tentatives de détournement et les attentats ont diminué depuis le 11 septembre 2001.

Oui mais vous ne pouvez nier qu'on parle de plus en plus d'accidents d'avion !

Le choc des images occulte la vérité des chiffres (pour rappel, 1000 à 1200 décès/1,5 à 2 milliards de passagers/an = 0,02 PKT). Comment réagirions-nous si les médias

¹ En Belgique, la moyenne est de 1 tué pour 4.000 véhicules.

² Tout comme pour l'aviation, l'amélioration des mesures de sécurité a fait chuter le nombre de tués sur les routes.

couvraient les accidents de la route comme ils le font des accidents d'avion ? Imaginez de voir les corps déchiquetés (parfois plusieurs fois sur la même journée), les carcasses écrasées, les familles en détresse, tout cela avec force détails...

Les récits d'accidents d'avion font l'objet de mise en scène et sont truffés d'imprécisions, d'erreurs, voire de mensonges. Vous est-il déjà arrivé de lire dans les journaux un sujet sur lequel vous avez quelque connaissance, par exemple un article qui concerne votre domaine d'expertise professionnelle, sans vous étonner de l'approximation des propos ? L'aviation est une matière complexe. Les médias tentent de rendre compte des accidents mais ne sont pas capables de donner des informations de qualité. Si vous désirez connaître la vérité sur les accidents, lisez la littérature spécialisée.

Rappelez-vous aussi que les pilotes ne sont plus des kamikazes comme ils l'étaient au début de l'aventure aéronautique. Tout comme vous, les membres de l'équipage ont une famille qu'ils veulent retrouver, des projets qu'ils désirent réaliser et l'envie de pratiquer leur métier jusqu'à une retraite bien méritée !

Sachez encore que les accidents sont de moins en moins tolérés parce qu'ils sont un frein au développement du transport et qu'ils représentent un risque de ruine pour les compagnies ou les constructeurs impliqués.

Pour terminer, n'oubliez pas que les règles aéronautiques sont nettement plus exigeantes que le code régissant la circulation routière. Voici quelques exemples :

- Les routes aériennes sont toutes à sens unique.
- La distance minimale entre 2 avions qui se suivent au-dessus des continents est de 10 Km. Cette distance peut aller jusqu'à 200 Km lorsqu'ils survolent un océan.
- La hauteur séparant 2 routes convergentes est de 600 mètres.
- Les pilotes ne prennent pas le même repas afin que l'un des deux reste opérationnel en cas d'intoxication alimentaire.

Certaines compagnies sont-elles plus sûres ?

Oui, les avions sont moins sûrs en Afrique, en Europe centrale, dans les pays pauvres d'Asie et d'Amérique du Sud. Les charters sont moins sûrs (1 mort pour 700 millions de PKT) mais en Occident, la différence de sécurité s'amoindrit.

En tout cas, si l'avion présente un problème technique, on peut dire adieu à la vie !

Pas forcément. Selon une étude américaine, on compte 96% de survie tous incidents d'aviation confondus et 56% de survie dans les cas d'accidents sérieux.

De nombreuses peurs sont le résultat d'un manque d'information, d'une mauvaise information ou d'un manque de compréhension. N'hésitez pas à discuter avec des habitués des voyages en avion, des hôtesses de l'air ou des pilotes.

Evelyne Josse

Psychologue, psychothérapeute (hypnose, EMDR, thérapie brève, EFT)

Articles de la série

- C'est quoi le stress aéronautique ?
- J'ai peur du crash !
- J'ai peur de la panne !
- J'ai peur des turbulences !

- J'ai peur que l'avion tombe !
- J'ai peur de ne pas pouvoir supporter cette situation !
- Conseils pour les voyageurs anxieux

Articles connexes

- J'ai le mal de l'air
- Le syndrome de la classe économique. Définition et prévention