

# Santé mentale au travail



Toute utilisation du contenu de cette présentation est autorisée, à condition d'en aviser l'auteur et de citer la source.

## Le vrai visage de la situation

Un colloque de l'équipe de recherche sur le travail et la santé mentale des IRSC

18 septembre 2009

Centre de recherche Fernand-Seguin de l'Hôpital Louis-H. Lafontaine  
Renseignements et inscriptions : [www.hlhl.qc.ca/recherche](http://www.hlhl.qc.ca/recherche)

**Ma famille, mon milieu, mes amis et ce  
que je suis,  
cela compte aussi !**

Alain Marchand

Professeur agrégé

École des relations industrielles

GRASP

Université de Montréal

Aucun conflit d'intérêt déclaré pour cette présentation

# Santé mentale et travail

## ■ Détresse psychologique

- Symptômes dépressifs, anxiété, irritabilité, problèmes cognitifs
- Non-spécifique à une pathologie donnée

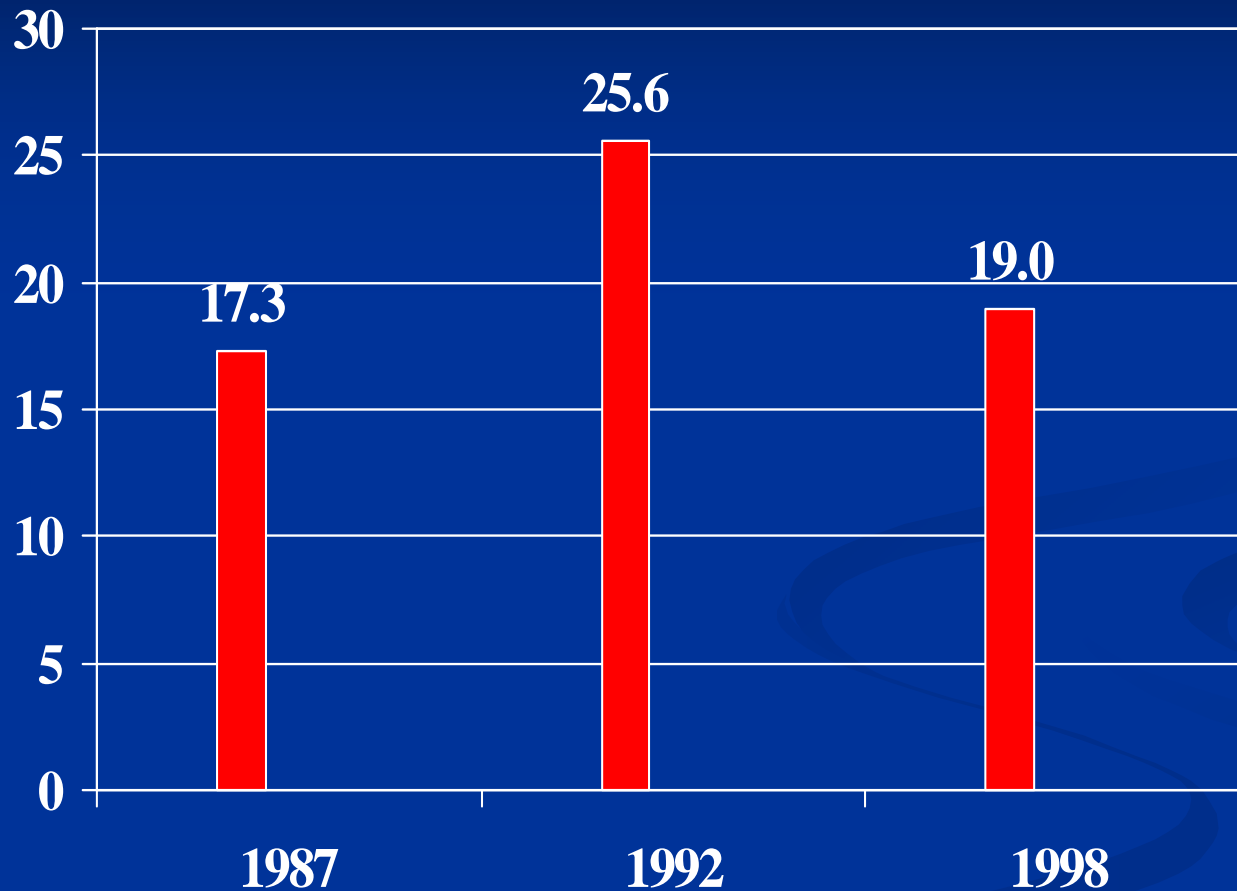
## ■ Dépression

- Définition du DSM IV
- Trouble cyclothymique et bipolaire
- Dépression mineure/majeure

## ■ Épuisement professionnel

- Apparaît lentement et insidieusement
- Typique de personne ayant une haute performance au travail
- Symptômes:
  - Physiques (ex: troubles digestifs, maux de tête)
  - Émotifs (ex: irritabilité, cynisme)
  - Intellectuels (ex: perte de mémoire, concentration)

# Détresse psychologique au Québec: ESSQ 15 ans et plus en emploi



1987-1992 = + 76%

1987-1998 = + 19%

# Nombre d'épisodes de détresse

## Canada: ENSP 1994-1995 à 2000-2001

### 15 ans et plus en emploi



Au moins un épisode = 42.9%

Plus d'un épisode = 18.7%

# Le travail, oui mais...

- Au Québec au Canada
  - Le secteur économique et la profession expliquent entre 1% et 3% des problèmes de détresse psychologique
  - Les conditions de l'organisation du travail expliquent entre 5% à 8% des problèmes de détresse psychologique

# Si ce n'est pas toujours le travail, alors?

- La famille
- Le réseau social hors-travail
- La communauté locale
- La personnalité (au sens sociologique)

# Que trouve-t-on dans la littérature?

## Hors-travail

- Famille:
  - Statut marital, parental et économique
  - Tensions maritales et parentales,
  - Conciliation travail-famille
- Réseau social:
  - Soutien, taille du réseau, intégration
- Communauté locale
  - Statut socioéconomique

# Que trouve-t-on dans la littérature?

## La personnalité

### ■ Démographie

- Genre: Femme
- Âge: Jeune
- Éducation: Faible scolarité

### ■ État de santé:

- Santé physique altérée
- Détresse antérieure

# Que trouve-t-on dans la littérature?

## La personnalité

- Traits psychologiques:
  - Type A (+)
  - Personnalité résistante (-)
  - Affects négatifs (+)
  - Estime de soi (-)
  - Sentiment de contrôle (-)
  - Sentiment de cohésion (-)
  - Sentiment d'efficacité (-)

# Que trouve-t-on dans la littérature?

## La personnalité

- Stratégies d'ajustement:
  - Éviter d'en parler
  - Faire porter le blâme sur soi
  - Rechercher la confrontation

# Que trouve-t-on dans la littérature?

## La personnalité

- Habitudes de vie
  - Alcool (U)
  - Tabac
  - Faible niveau d'activités physiques

# Que trouve-t-on dans la littérature?

## La personnalité

- Événements de vie:
  - Récents
    - Divorce, mortalité, etc.
  - Passés
    - Abus d'alcool/drogues des parents, divorce des parents, etc.

# Qu'en est-il au Québec et au Canada?

## Les analyses de l'ERTSM

- Deux grandes enquêtes de santé
  - Enquête sociale et de santé du Québec (ISQ)
    - Transversale
    - N ~ 9450 avec 419 professions
  - Enquête nationale sur la santé de la population (Statistique Canada)
    - Longitudinale
    - N ~ 6359-6611 avec 471 professions
    - 1994-1995 à 2002-2003 (au deux ans)

# La situation hors-travail et la détresse psychologique au Québec et Canada

	Québec Niveau de détresse	Canada Niveau de détresse	Canada Un épisode	Canada Épisodes répétés
<b><u>Famille</u></b>				
Statut marital (en couple)	-	ns	ns	-
Enfants dans le ménage	ns	ns	ns	- (6-11 ans)
Revenu du ménage	ns	-	ns	ns
Tensions avec conjoint	+	+	ns	+
Tensions avec enfants	+	+	ns	+
<b><u>Réseau social</u></b>				
Soutien social hors-travail	-	-	-	-

+ = Plus de détresse    - = Moins de détresse  
 ns = Non significatif    \* = Non disponible

# La situation hors-travail et la détresse psychologique au Canada

- La communauté locale permet d'expliquer
  - 9,0% de l'apparition de nouveaux cas de détresse (incidence)
  - 5,6% des épisodes répétées de détresse

# La personnalité et la détresse psychologique au Québec et au Canada

	Québec Niveau de détresse	Canada Niveau de détresse	Canada Un épisode	Canada Épisodes répétés
<b><u>Démographie et santé</u></b>				
Sexe (femme)	+	+	+	+
Âge	-	-	-	-
Santé physique	+	+	+	+
<b><u>Traits psychologiques</u></b>				
Estime de soi	*	ns	ns	ns
Contrôle	*	-	-	-
Cohésion	*	-	-	-
<b><u>Habitudes de vie</u></b>				
Alcool	+	+	ns	ns
Cigarettes	ns	+	ns	+
Activité physique	ns	ns	+	ns
<b><u>Évènements stressants</u></b>				
Évènements stressants de l'enfance	+	+	ns	+

+ = Plus de détresse    - = Moins de détresse  
 ns = Non significatif    \* = Non disponible

# Personnalité, famille, réseau social

- Expliquent entre 12% à 21% des problèmes de détresse psychologique

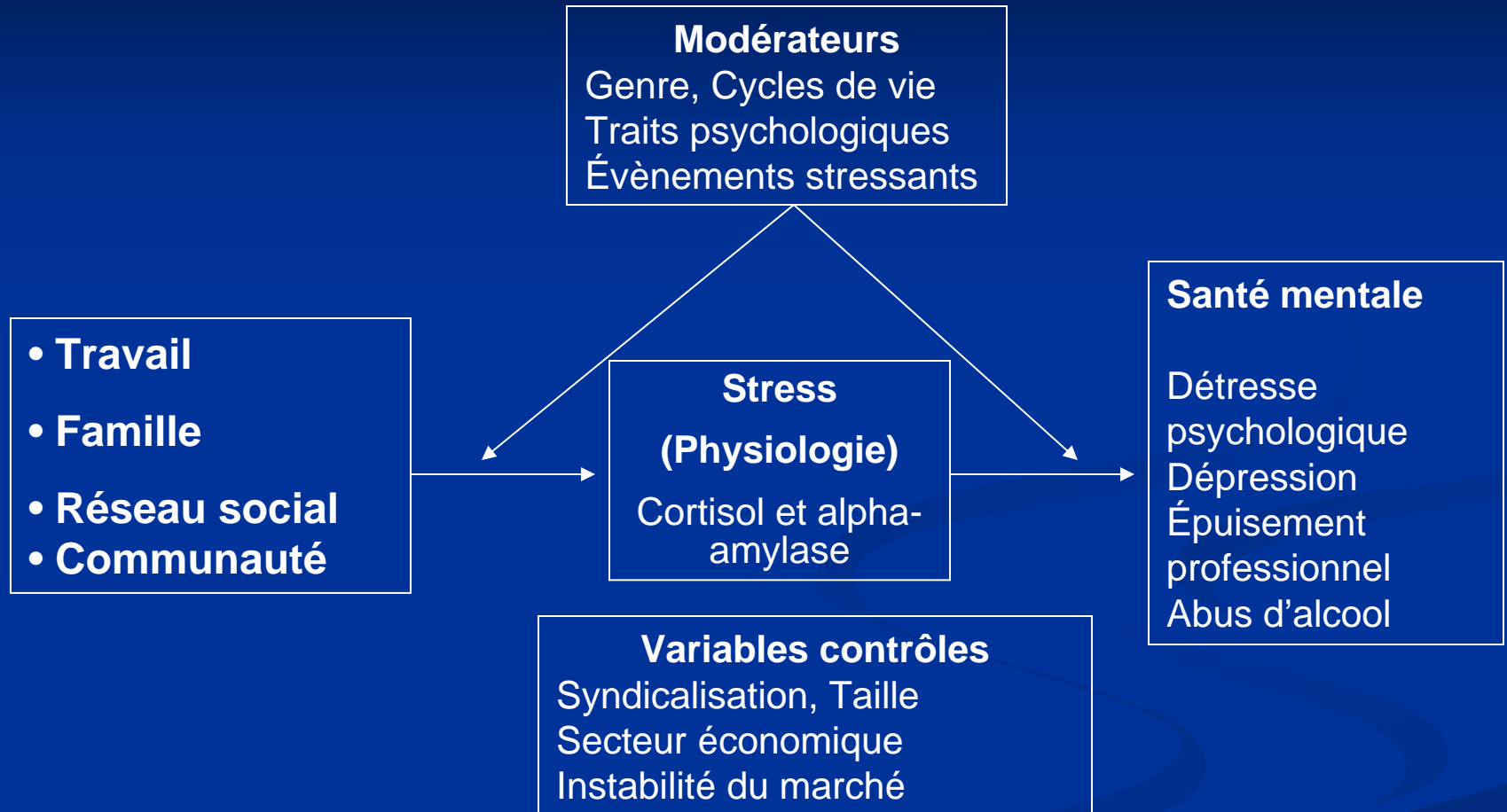
# Conclusion

- Le travail contribue aux problèmes de santé mentale.
- Mais sont également des prédictors importants de ces problème :
  - La situation familiale
  - Le réseau social
  - La communauté locale
  - La personnalité des individus

# Conclusion

- Par conséquent:
  - Primordiale d'évaluer et de tenir compte de la vie hors-travail et des caractéristiques individuelles
- Sinon:
  - Risque de conclusions erronées sur le rôle du travail
  - Risque de développer des interventions en milieu de travail qui rate la cible

# Le modèle de recherche de l'ERTSM



Merci!

[alain.marchand@umontreal.ca](mailto:alain.marchand@umontreal.ca)

[www.ertsm.umontreal.ca](http://www.ertsm.umontreal.ca)

[www.eri.umontreal.ca](http://www.eri.umontreal.ca)