

Statistiques en santé psychologique et mentale

La maladie mentale au travail : un fardeau de 51 milliards de dollars

<http://www.newswire.ca/fr/story/1161577/la-maladie-mentale-au-travail-un-fardeau-de-51-milliards-de-dollars>

Partenaires pour la santé mentale lance sa campagne nationale Je ne me reconnais pas durant la Semaine de la santé mentale

TORONTO, le 9 mai 2013 /CNW/ - Les maladies mentales représentent un fardeau économique annuel de 51 milliards de dollars pour l'économie canadienne. C'est sans compter les coûts inestimables liés à la stigmatisation et au manque de soutien qu'elles imposent aux employés qui en sont atteints, dont le plein potentiel n'est pas exploité.

Aujourd'hui, près de 500 000 Canadiens se sont absents du travail pour des raisons de santé mentale¹. Selon un récent sondage mené par Ipsos Reid pour le compte de Partenaires pour la santé mentale, près de la moitié des travailleurs canadiens jugent que leur emploi et leur lieu de travail représentent la composante la plus stressante de leur vie. De plus, **le travail constituerait pour 16 % des Canadiens une source fréquente, voire continue, d'émotions négatives de dépression, d'anxiété ou d'autres problèmes de santé mentale. Pourtant, la crainte d'être discriminé ou stigmatisé et le manque de ressources en milieu de travail retiennent la majorité d'entre eux d'en parler à leur employeur, leurs collègues ou leurs amis. De fait, seulement un Canadien sur trois se sentirait à l'aise de parler ouvertement d'un problème de santé mentale qui l'affecte à son employeur.**

SOURCE : Partners for Mental Health **Je ne me reconnais pas :**
Valérie Gonzalo communications - relations publiques 514.626.6976 gonzalo@videotron.ca

Le burn-out au travail

<http://www.ledevoir.com/societe/actualites-en-societe/346110/une-societe-malade-de-son-travail>

Une société malade de son travail

Le sociologue Marcelo Otero pose la dépression comme malaise social

Le Devoir 28 mars 2012

[Caroline Montpetit](#)



Photo : Annik MH De Carufel - Le Devoir

Dans la société actuelle, «le travail n'est pas un gage de santé, c'est un gage d'existence», constate le sociologue Marcelo Otero.

Au Canada, 14 % des citoyens feront une dépression majeure au cours de leur vie. En 2001, l'Organisation mondiale de la santé désignait la dépression comme étant «le cancer» du XXI^e siècle, et considérait qu'elle était la première cause d'incapacité sociale. Et si la dépression était, plutôt qu'une simple dysfonction du cerveau, l'expression d'un malaise lié à l'obsession moderne pour la performance sociale?

Epuisement, stress, détresse... burnout !

http://le-manager-urbain.com/epuisement-stress-detresse-burnout/?goback=%2Egde_3743749_member_146634930



Comment faire un bon burnout ?

Vous prenez un **manager performant, disponible, flexible et rapide** et vous mélangez les ingrédients suivants :

- un **stress important et répété**
- une **surcharge de travail**, de préférence imposée
- une **pression permanente** de la part de la hiérarchie
- une **fonction mal définie**
- **l'impossibilité à dire non**, à dire stop

Vous pouvez aussi ajouter à ce petit cocktail :

- une mauvaise gestion des **ressources humaines** dans l'entreprise
- une mauvaise **ambiance de travail**
- une **insécurité d'emploi**
- des **restrictions budgétaires** etc.

La liste n'est malheureusement pas exhaustive et les causes du burnout peuvent parfois dépasser l'imagination humaine. Pour découvrir des solutions pour manager sans stress, voir l'article suivant: [Le stress au boulot – SOS !](#)

La santé mentale

http://www.newswire.ca/fr/story/971957/la-sante-mentale-au-travail-tout-le-monde-y-gagne?goback=%2Egde_1835201_member_114780517

La santé mentale au travail, tout le monde y gagne!

MONTREAL, le 10 mai 2012 /CNW Telbec/ - Dans le cadre de la Semaine nationale de la santé mentale qui se tient du 7 au 13 mai, la Fondation des maladies mentales invite les entreprises québécoises à évaluer les facteurs de risque et de protection qui sont déterminants dans la santé mentale de leurs employés.

Stress, revenus et conditions de travail influent sur la santé

Publié le 18 décembre 2012 à 12h32 | Mis à jour le 18 décembre 2012 à 12h32

Lise Millette

La Presse Canadienne Montréal

<http://affaires.lapresse.ca/economie/quebec/201212/18/01-4605009-stress-revenus-et-conditions-de-travail-influent-sur-la-sante.php>

Santé et mieux-être: la maladie fait mal aux entreprises

Publié le 29 octobre 2012 à 06h26 |

[Isabelle Massé](#) La Presse

Article de L'APTS :

Alliance du personnel professionnel et technique de la santé et des services sociaux

<https://www.aptsq.com/fr/enjeux-professionnels.aspx>

Services psychosociaux: les enjeux professionnels

Mise en œuvre de la Loi modifiant le Code des professions et d'autres dispositions législatives dans le domaine de la santé mentale et des relations humaines (PL21)

Santé mentale en bref : Qui est touché

http://www.acsm.ca/bins/content_page.asp?cid=6-20-23-43&lang=2

Qui est touché?

Tous les Canadiens et toutes les Canadiennes sont indirectement touchés par la maladie mentale, serait-ce par un membre de famille, un ami ou un collègue.

20 % des Canadiens et Canadiennes seront personnellement touchés par la maladie mentale au cours de leur vie.

La maladie mentale touche les personnes de tout âge, de tous niveaux scolaires et de revenu et de toutes cultures.

Environ 8 % des adultes éprouveront une dépression majeure à un moment quelconque durant leur vie.

Environ 1 % des Canadiens et Canadiennes éprouveront un trouble bipolaire (ou "psychose maniaque-dépressive").

Est-elle répandue?

La schizophrénie touche 1 % de la population canadienne.

Les troubles anxieux touchent 5 % de la population à domicile, causant un handicap léger à grave.

Le suicide représente 24 % de tous les décès chez les personnes âgées de 15 à 24 ans et 16 % chez les personnes âgées de 25 à 44 ans.

Le suicide est une des principales causes de décès chez les hommes et les femmes de

l'adolescence à l'âge moyen.

Le taux de mortalité attribuable au suicide chez les hommes est quatre fois plus élevé que chez les femmes.

Quelles en sont les causes?

Une interaction complexe de facteurs génétiques, biologiques, de personnalité et environnementaux cause les maladies mentales.

Près de la moitié (49 %) des gens estimant avoir déjà été atteints de dépression ou d'anxiété n'ont jamais consulté un médecin à ce sujet.

La stigmatisation rattachée aux maladies mentales présente un obstacle sérieux, non seulement pour le diagnostic et le traitement, mais également pour l'acceptation dans la communauté.

Les maladies mentales peuvent être traitées efficacement.

Quel est le fardeau économique?

En 1998, on a estimé qu'au Canada les maladies mentales représentaient un fardeau économique d'au moins 7,9 milliards de dollars pour le régime de soins de santé - 4,7 milliards de dollars au titre de soins et 3,2 milliards de dollars au titre de l'invalidité et de décès prématurés.

On a dépensé un autre 6,3 milliards de dollars pour des services de santé mentale non assurés et pour absences du travail dues à la dépression et à la détresse, celles-ci non traitées par le biais du système de soins de santé.

En 1999, 3,8 % de toutes les admissions dans les hôpitaux généraux (1,5 million de jours d'hôpital) étaient attribuables à des troubles anxieux, des troubles bipolaires, la schizophrénie, la dépression majeure, des troubles de la personnalité, des troubles de l'alimentation et un comportement suicidaire.

Faits concernant la maladie mentale chez les jeunes

- Environ 10 % à 20 % des jeunes Canadiens sont touchés par une maladie mentale ou un trouble mental. Il s'agit des troubles les plus incapacitants au monde.
- Aujourd'hui, environ 5 % des jeunes Canadiens et 12 % des jeunes Canadiennes ayant entre 12 et 19 ans ont connu un épisode dépressif majeur.
- 3,2 millions de Canadiens ayant entre 12 et 19 ans risquent de développer une dépression.
- Une fois la dépression diagnostiquée, 80 % des personnes malades recevant de l'aide peuvent reprendre leurs activités habituelles.
- La maladie mentale menace de plus en plus la vie de nos enfants. Le taux de suicide

chez les jeunes au Canada est le troisième plus élevé des pays industrialisés.

- Le suicide est l'une des principales causes de décès chez les Canadiens de 15 à 24 ans, immédiatement après les accidents. Environ 4 000 personnes se suicident à chaque année.

- La schizophrénie est la maladie la plus débilante chez les jeunes comme elle est présente surtout dans le groupe des 16 à 30 ans. Environ 1 personne sur 100 en souffre.

- Les problèmes mentaux chez les jeunes représentent la seconde dépense en soins hospitaliers au Canada après les blessures.

- Au Canada, seulement 1 enfant sur 5 ayant besoin de services de santé mentale les reçoit.

80% des salariés des fonctions commerciales et marketing sont stressés au travail

L'enquête porte sur les **métiers de commerciaux et marketeurs** et fournit une vision globale de ces fonctions et du **ressenti des salariés** sur plusieurs points.



Etude réalisée par le site **jobmarketingvente.com** auprès de 865 commerciaux et marketeurs français :http://www.jobmarketingvente.com/enquete_cadres_marketing_commerciaux_2012.html

La santé mentale en entreprise



La santé mentale représente aujourd'hui une importante préoccupation pour les entreprises. En effet, les impacts qu'occasionnent les problèmes de santé mentale sur les organisations sont énormes. Par exemple, les coûts liés aux problèmes de santé mentale sont d'environ 16 milliards de dollars par année pour les entreprises canadiennes. En 2011, la Commission de la santé mentale du Canada a évalué que 21,4 % de la population active de 20 à 64 ans était aux prises avec un problème de santé mentale. Au Québec, c'est une personne sur cinq qui sera touchée par des problèmes de santé mentale. Les entreprises ont donc tout avantage à instaurer le plus tôt possible des moyens permettant de cerner et de prévenir les problèmes de santé mentale.

Troubles mentaux fréquents en milieu de travail

Les troubles anxieux et la dépression figurent parmi les problèmes de santé mentale les plus répandus dans les milieux de travail. On estime que, d'ici 2020, la dépression se classera au deuxième rang des principales causes d'incapacité à l'échelle mondiale, juste derrière les maladies cardiaques. Les autres problèmes de santé mentale les plus courants dans les milieux de travail sont les dépendances à l'alcool, aux drogues et au jeu compulsif, les troubles de l'adaptation et l'épuisement professionnel (burnout).

Causes et conséquences

Il arrive que le problème de santé mentale soit déclenché par l'environnement de travail.

Bien que ce dernier puisse être propice à l'accomplissement personnel, il devient aussi parfois une source importante de stress pour certaines personnes. Parmi ces sources, mentionnons

- la surcharge de travail;
- la faible reconnaissance;
- les mauvaises relations de travail (relations tendues, harcèlement, etc.);
- le manque de participation aux décisions;
- l'insuffisance ou l'absence de communication entre la direction et les employés.

Quant aux nombreuses conséquences des problèmes de santé mentale dans les entreprises, elles s'illustrent notamment par la baisse de moral et de rendement chez les employés affectés, l'accroissement du taux d'absentéisme ou l'augmentation des primes d'assurance que doit payer l'organisation.

SQPTO

État partiel des lieux en santé psychologique au travail

Séminaire sur la santé psychologique des employés

2.2 La santé mentale et la santé psychologique au travail

En santé /maladie mentale, les modèles conceptuels utilisés couramment découlent de visions cliniques associées aux dysfonctionnements, à la psychopathologie et à la maladie mentale. Très souvent, l'expression 'santé mentale' est utilisée pour parler dans les faits de 'maladie mentale'. De façon générale dans ces cadres de pensée, la « santé mentale » tient davantage à l'absence de symptômes cliniques qu'à la présence d'éléments constitutifs d'une bonne santé psychologique.

Ce n'est que récemment que s'est développée une approche de la santé psychologique qui se démarque pour prendre en compte des facteurs développementaux de la personne au travail, en tablant sur le potentiel des personnes et sur des conditions organisationnelles facilitantes.

L'expression "Santé psychologique au travail" est apparue grâce à la SQPTO en 2002, pour permettre une distinction avec l'expression établie de la santé mentale au travail; pour ajouter une dimension distincte de l'aide aux employés; pour favoriser la promotion de la santé psychologique; pour favoriser des approches systémiques de prévention des problèmes par l'intermédiaire d'interventions tertiaires.

Les impacts économiques de la santé mentale et de l'aide aux employés sur la production et sur les résultats financiers sont tels qu'ils invitent maintenant à une réflexion systémique portant notamment sur les causes organisationnelles des problèmes à l'origine de l'aide à offrir aux employés, principalement dans le milieu immédiat de travail.

2.3 La santé organisationnelle et les interventions systémiques

Les interventions systémiques sur des problèmes de santé mentale au travail ont été menées par des professionnels ayant une spécialisation permettant une approche fondée sur un regard différent, celui de la santé organisationnelle. En effet, la santé organisationnelle est conçue comme un soutien à des pratiques qui ont une incidence favorable sur leur bien-être et leur rendement au travail, comme : la réduction des conflits de rôles, un meilleur contrôle de leurs responsabilités, une délégation responsabilisante, etc.

Par exemple, des interventions à caractère systémique

2.5 Un regard d'ensemble sur la santé organisationnelle et l'aide aux employés

C'est un chantier majeur qui appelle à plus d'un égard des changements de paradigme.

La maladie mentale / santé psychologique et la sécurité au travail

Malgré les préoccupations très présentes et l'intérêt grandissant en matière de santé psychologique au travail dans certains secteurs, agir en prévention est encore peu répandu. Beaucoup d'interventions morcelées et pas nécessairement arrimées ou intégrées dans un plan global sont tentées dans les milieux du travail. Plusieurs enjeux – financiers entre autres – et la méconnaissance font entrave aux développements de ce domaine.

Les problématiques de la santé psychologique doivent être analysées dans leur ensemble, par une démarche concertée de santé publique et de santé organisationnelle. Le volet de la santé psychologique en milieu de travail et l'environnement de travail pourraient constituer une partie de l'ensemble des interventions. La santé psychologique appartient autant aux employeurs qu'aux employés. L'amélioration de la santé psychologique au travail devrait apparaître de manière volontaire, parce que les organisations et leurs personnels y croient et qu'elles veulent en prendre soin.

4.1 Comment nous représentons-nous la santé de l'humain ?

Plusieurs modèles explicatifs dans des organisations s'appuieraient sur une vision cérébrale et rationnelle du fonctionnement de l'être humain qui ne prendrait pas en compte des éléments vitaux de la santé psychologique des personnes.

La multitude de ces intelligences nous amène à considérer l'existence d'une intelligence intégratrice à laquelle il faut attacher les facultés de la conscience de soi. Selon certains courants, de tous les organes, le coeur y aurait une fonction prépondérante. Considéré traditionnellement comme étant une seule pompe mécanique, plusieurs travaux scientifiques confirment son impact direct et instantané sur toutes les fonctions du corps, et notamment sur la clarté de la pensée, sur le fonctionnement mental et sur la cohérence émotionnelle. Il jouerait un rôle primordial d'harmonisation des rythmes fonctionnels du corps grâce à son intelligence propre et entretiendrait la santé et la cohérence d'ensemble.

Les apports des sagesse traditionnelles

La compréhension de ce qu'est un être humain bénéficie aussi des savoirs des sagesse traditionnelles et de leur réinterprétation dans nos contextes contemporains. À titre purement évocateur, mentionnons les contributions suivantes :

☐ D'une manière métaphorique, l'être humain serait vu comme étant la somme interactive de quatre « corps » : le corps physique, le corps émotif, le corps mental, le corps spirituel, à l'image des poupées russes imbriquées l'une dans l'autre, en un tout dynamique d'inter-influences.

☐ La dimension spirituelle est un attribut de la condition humaine, un espace privé vécu fondamentalement d'une manière personnelle. Elle ferait référence à des manières de se relier avec ce qui serait plus grand que soi. Elle aurait la puissance de réguler la nature humaine dans son ensemble et la vie quotidienne en particulier. Elle serait une constituante déterminante de la manière de penser et d'agir des personnes, selon son degré de présence ou d'absence dans la conscience d'une personne.

☐ La dimension spirituelle a été historiquement l'apanage des institutions religieuses dominantes selon leurs milieux culturels propres, chacune plaçant leurs dogmes et leurs croyances comme étant la seule source de Vérité, chacune établissant la légitimité de leurs positions de « courtier » entre les humains et la Vie.

Des enjeux conceptuels à relever

Il apparaît désormais important de différencier les concepts de santé mentale et de santé psychologique ; du bien-être, de l'adaptation et de la détresse dans les rapports avec soi (± sérénité), avec le travail (± engagement), avec l'entourage (± harmonie sociale).

Burn out : ce qui se passe vraiment derrière un phénomène de plus en plus fréquent

En France, 3 millions de salariés seraient menacés par le burn out, autrement appelé "syndrome d'épuisement professionnel". Les responsables ? Le culte de la performance, l'accélération du temps sous l'effet des technologies, et le trop plein d'affect que l'on met dans son activité professionnelle.

Atlantico : Près de 3 millions de salariés, soit 12.6 % de la population active, sont menacés par le burn out selon une étude menée par le cabinet Technologia, spécialisé dans la souffrance au travail. Le burn out se caractérise d'après les spécialistes par un sentiment de vide intérieur proche de la dépression : Comment cela se traduit-il concrètement ?

François Baumann : Le burnout se traduit par 3 symptômes, qui apparaissent successivement :

- Un épuisement émotionnel, tout d'abord. Les gens éprouvent des difficultés psychiques à entrer en relation avec les autres.
- Puis vient une "déshumanisation" de la relation.
- Un certain cynisme vis-à-vis des autres s'impose, ces derniers ayant plutôt tendance à être considérés comme des objets. D'où une certaine sècheresse, que je compare à celle des "lonesome cowboy", sans sentiments apparents.
- Ces deux symptômes successifs aboutissent à un troisième, qui est celui de l'échec personnel, autrement appelé diminution de l'accomplissement personnel. Les personnes se désinvestissent de tout, elles n'ont subitement plus du tout envie de travailler.

Xavier Camby : Le burn-out est un épuisement professionnel. C'est un épuisement psychique mais non-physique. **Celui qui en souffre conserve toute son énergie physiologique, mais n'a plus de ressort psychologique.** Il peut faire un marathon ou une randonnée en montagne, mais n'a plus la force d'animer une réunion d'équipe.

Le burn-out est devenu un nom générique pour désigner indifféremment tous les troubles de comportements liés au travail : par exemple le bore-out, qui est un écoeuement professionnel (vous n'êtes pas fatigué mais violemment dégouté) ou encore le syndrome d'imposteur (plus complexe et plus diffus, mais ravageur).

L'ignorance est telle qu'il règne la plus grande confusion quant à l'identification précise de ces maladies professionnelles. Puis-je d'ailleurs ici saluer les initiatives courageuses et bénéfiques de Technologia pour les faire reconnaître comme telles ? Car il s'agit effectivement de maladies liées au travail : aucun burn-out, à ma connaissance, n'a été identifié en faisant son jardin ou en bricolant dans son garage !

ement la croissance et l'innovation, mais tout autant et bien d'abord les personnes !

Quelle est l'ampleur de ce phénomène ?

Xavier Camby : Le burn-out est hélas partout présent dans les économies dites "développées" où sévissent les "process" anglo-américains de "dé-management".

Mais il est particulièrement absent du Brésil, où la résilience est plus forte, parce qu'ils ont globalement gardé cette liberté de développer leurs propres schémas de développements économiques.

Ce n'est pas dire qu'il s'agit d'un monde idéal, loin de là. Mais il y a matière à réflexion : le burn-out et le stress sont liés, très proches en fait même si d'essence psychique différente. Partout en Europe, le burn-out sévit. Mais pas plus en France, malgré son économie à la dérive, qu'en Allemagne ou en Suisse, malgré leurs performances économiques.

Comment expliquer que de plus en plus de personnes soient concernées par le burn-out ? En quoi peut-on dire que c'est la maladie du XXI^e siècle ?

François Baumann : Le burnout frappe plus qu'avant. J'ai commencé à écrire sur le burnout aux alentours de 2010, et ce n'était que le début de l'observation du caractère grandissant de ce phénomène. On pensait que cela touchait seulement des anesthésistes, ou d'autres professionnels de la santé confrontés régulièrement à des situations humainement très difficiles, mais on s'est aperçu que le syndrome était en fait de plus en plus fréquent. La raison est à trouver dans l'accélération du temps de travail. Même si les machines nous aident, elles nous stressent aussi et nous poursuivent partout. Il y a 10 ou 15 ans, on n'était pas autant connecté. En plus de l'accélération du temps, l'individualisme est de plus en plus fort, les gens sont de plus en plus isolés, travaillent de chez eux... on y perd en convivialité. C'est un ensemble de facteurs qui se conjuguent : les gens se rencontrent assez peu, finalement, même dans les open space. De plus, la société est de plus en plus exigeante sur le travail, elle ne tolère pas l'erreur. C'est une société qui nous étouffe : en effet "stress" veut dire "étranglement", du latin *strangulare*. Et plus on est compétent, plus on est étranglé.

Xavier Camby : Il est impossible de tenter ou vouloir expliquer ici le mécanisme du burn-out. Premièrement parce que je ne suis pas médecin et je sais la médecine française extraordinairement jalouse de ses prérogatives, protectionnisme en forme de pré carré dissimulé derrière une sempiternelle caution scientifique et positiviste. Cependant, tous hélas, du concierge à la caissière de supermarché, de professeur en neuro-science au chef d'équipe d'usine, de la sage-femme au dirigeant d'entreprise, peuvent se laisser envahir par les toxines contagieuses (mais non-volatiles) du burn-out. J'ai même rencontré des mères au foyer présentant les symptômes d'un profond burn-out, en dépit de l'amour de leur mari et de la merveilleuse compagnie de leurs enfants.

Ces proches aidants qu'on empêche d'aider

Ceux qui s'occupent d'un proche atteint d'une maladie mentale réclament plus de place

9 octobre 2014 | [Caroline Montpetit](#) | [Actualités en société](#)



Photo: Marjan Apostolovic

Aux premières loges des avancées de la maladie mentale de leurs proches, les aidants sont pourtant souvent carrément mis de côté par le système.

Aux prises avec un système qui leur laisse peu de place et de marge de manoeuvre, les proches aidants des personnes atteintes de maladie mentale demandent plus de souplesse dans l'interprétation des lois, et davantage d'encadrement pour leurs proches qui sortent de l'hôpital.

... M. Langelier et sa femme sont allés chercher une ordonnance d'évaluation psychiatrique quelques mois après avoir constaté que la santé de leur fils se détériorait et qu'il sombrait dans la paranoïa. Mais l'expérience est extrêmement souffrante, tant pour les parents que pour le malade. « *Il nous regardait et il disait : pourquoi vous avez fait ça ?* », raconte M. Langelier.. M. Langelier croit d'ailleurs que c'est une des raisons qui fait que les proches attendent souvent très longtemps avant d'avoir recours à ces procédures.

Un simple aperçu....