

COMMUNIQUÉ



Vidéo : Joti Samra, psychologue agréée, commente le rapport (disponible en anglais seulement).

Vous vous sentez plus en sécurité au travail? Selon les résultats d'un sondage, c'est une tendance qui fait du bien

Une recherche démontre que les employés qui travaillent pour des organisations appliquant la norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail ont l'impression que leur milieu de travail comporte moins de risques psychologiques.

Winnipeg, MB, 2 février 2017. . . Si votre équilibre vie professionnelle-vie personnelle est satisfaisant et que vous décrivez votre milieu de travail comme un endroit où les relations sont courtoises et où vous vous sentez psychologiquement en sécurité, il y a fort à parier que ce soit en raison d'un virage majeur qui s'est opéré dans la façon dont votre employeur se penche sur les problèmes de santé mentale en milieu de travail.

En 2016, 77 % des travailleurs canadiens indiquaient que les gens ont une bien meilleure attitude à l'égard des problèmes de santé mentale qu'en 2007 (Samra, 2017). De plus, le pourcentage de Canadiens affirmant que leur milieu de travail est psychologiquement malsain ou dangereux (10 %) a baissé de moitié, puisqu'il s'élevait à 20 % en 2009 (Ipsos, 2016).

Et ce ne sont là que deux des résultats obtenus dans le cadre de la dernière recherche commandée par le Centre pour la santé mentale en milieu de travail de la Great-West (le Centre) – qui célèbre cette année son 10^e anniversaire – pour, d'une part, mieux définir les besoins en matière de santé mentale au travail et proposer des solutions à leur égard et, d'autre part, évaluer le chemin parcouru au Canada au cours de la dernière décennie en ce qui a trait à la santé et à la sécurité psychologiques en milieu de travail.

« La série de sondages Ipsos sur la dépression et la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail réalisée au cours de la dernière décennie repose sur la participation de plus de 5 000 travailleurs canadiens et constitue, à ma connaissance, la recherche la plus longue et la plus vaste menée au Canada à cet égard », indique Mary Ann Baynton, directrice des programmes pour le Centre. « Cette année, nous avons publié *L'évolution de la santé mentale en milieu de travail au Canada : Rapport de recherche (2007-2017)*, un rapport objectif produit par Joti Samra, psychologue agréée, qui vient étoffer les conclusions tirées de la série de sondages Ipsos. »

« Ce rapport établit le profil des organisations et des initiatives ayant contribué à l'évolution de la santé mentale en milieu de travail au Canada au cours de la dernière décennie, explique M^{me} Samra. Considérés dans leur ensemble, les résultats de ce rapport et les conclusions tirées par Ipsos montrent qu'il y a eu un changement positif important dans la façon dont les employeurs se penchent sur les problèmes de santé mentale en milieu de travail, en particulier dans les organisations qui appliquent la norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail (la norme). »

D'application volontaire, la norme consiste en un ensemble de lignes directrices, d'outils et de ressources axé sur la promotion de la santé psychologique et sur la prévention de tout préjudice psychologique causé par des facteurs liés au travail.

« Il est si encourageant de constater les progrès incroyables réalisés dans les milieux de travail au Canada, ajoute M^{me} Samra (voir la [vidéo](#), disponible en anglais seulement). Nous avons découvert que pour de nombreux employeurs, la protection de la santé et de la sécurité psychologiques en milieu de travail fait maintenant partie des considérations commerciales de premier plan. C'est devenu un facteur essentiel d'embauche, d'engagement et de fidélisation des employés, et de plus en plus d'employeurs prennent des mesures concrètes à cet égard. Nous avons fait une autre constatation intéressante : non seulement le Canada a la réputation d'être un chef de file en matière de santé et de sécurité psychologiques en milieu de travail – comme le montre la proposition visant à faire de la norme une référence internationale –, mais il est aussi une source d'inspiration pour les gens d'ailleurs qui souhaitent débattre de ces questions dans leur propre pays. »

Faits saillants de la recherche menée par Ipsos :

- Les travailleurs canadiens affirmant être au fait des problèmes de santé mentale, comme la dépression, sont plus nombreux (79 %); ils n'étaient que 66 % en 2007.
- Depuis 2009, on observe une réduction du nombre d'employés décrivant leur milieu de travail comme un endroit où il y a des problèmes psychosociaux graves ou importants. Les améliorations les plus marquées se rapportent à la courtoisie et au respect (27 % des employés vivent des problèmes de cet ordre – une baisse par rapport aux 33 % relevés en 2009), et à l'équilibre (30 % en 2016, une baisse comparativement aux 35 % notés en 2009).
- Les employés s'inquiètent davantage que les gestionnaires. Par exemple, ils sont plus préoccupés que les gestionnaires par la croissance et le perfectionnement (38 % des employés contre 26 % des gestionnaires).

De plus, un certain nombre d'employeurs canadiens ont mis en place des pratiques exemplaires fondées sur la norme, qui a été établie en 2013. Dans les organisations qui mettent la norme en pratique :

- Seulement 5 % des employés affirment travailler dans un milieu malsain ou dangereux; le pourcentage s'élève à 13 % dans les organisations n'appliquant pas la norme.
- Les employés qui vivent ou ont vécu des problèmes de dépression s'absentent moins souvent du travail (7,4 jours par année) que la moyenne des employés atteints de dépression (12,5 jours par année).

Pour télécharger gratuitement *L'évolution de la santé mentale en milieu de travail au Canada : Rapport de recherche (2007-2017)*, ainsi que le rapport, le mémoire, les documents infographiques et la méthodologie de recherche de Ipsos, veuillez visiter le site [ici](#) (informations disponibles en anglais seulement).

À propos de Joti Samra

Joti Samra, psychologue agréée (chercheuse principale), exerce de nombreuses activités à titre de chercheuse, de consultante et d'enseignante dans le domaine de la santé au travail. Elle est la conceptrice principale de *Protégeons la santé mentale au travail : Un guide pour la santé et la sécurité psychologiques au travail*. Ce guide constitue une ressource en ligne novatrice pour la prise en compte des menaces psychosociales en milieu de travail. Elle fait partie du comité technique responsable de l'élaboration de la *norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail* (CSA Z1003-13/BNQ 9700-803). Elle est également la principale conceptrice de l'outil *Gestion des émotions*, un ensemble de ressources en ligne visant l'amélioration des compétences des gestionnaires en matière d'intelligence émotionnelle au moyen d'évaluations interactives et de modules de formation.

M^{me} Samra occupe le poste de directrice de programme au Centre for Psychological Health Sciences de l'Université de Fredericton (getstarted.ufred.ca). Elle y a supervisé la conception d'une série de cours et de certificats offerts en ligne portant sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail, la gestion des problèmes de santé psychologique au travail et les capacités de résilience des travailleurs.

Pour en apprendre davantage sur le travail effectué par M^{me} Samra à titre de consultante dans les organisations et les médias, cliquez sur le lien suivant : www.drjotisamra.com.

À propos d'Ipsos

Ipsos est le leader canadien en information commerciale et le principal fournisseur de sondages d'opinion au pays. Présent dans huit villes, Ipsos emploie plus de 600 professionnels et agents de collecte de données au Canada. La société possède le réseau de centres d'appels le plus étendu du Canada et a accès au plus vaste groupe prérecruté de ménages et d'internautes. Les bureaux d'enquête de marché et d'affaires publiques d'Ipsos peuvent compter sur les solides connaissances spécialisées de ses consultants pour offrir un ensemble d'outils de recherche de premier plan au Canada permettant à la clientèle d'avoir accès à des renseignements utiles et pertinents. Ipsos fait partie des sociétés Ipsos, l'un des principaux groupes mondiaux d'études marketing par enquêtes.

Pour en savoir plus sur Ipsos, visitez le site Web www.ipsos.ca.

À propos du Centre pour la santé mentale en milieu de travail de la Great-West

Mis sur pied en 2007, le Centre pour la santé mentale en milieu de travail de la Great-West (le Centre) est une importante source d'idées, de ressources et d'outils pratiques conçus dans l'optique de faciliter les activités de prévention, d'intervention et de gestion relativement aux problèmes de santé mentale en milieu de travail. En 2017, il célébrera dix années de travail visant à aider les employeurs à prendre des mesures concrètes pour favoriser la mise en place d'un milieu de travail psychologiquement sain et sécuritaire et pour gérer les problèmes de santé mentale chez les employés.

Le Canada est reconnu dans le monde entier comme un chef de file international en ce qui a trait à la santé mentale en milieu de travail. De nombreuses personnes et organisations ont contribué à cette notoriété, et le Centre a eu le privilège de jouer un rôle dans beaucoup de leurs initiatives importantes. Plusieurs projets de recherche et événements clés sont à venir en 2017 pour célébrer les progrès réalisés au sein de notre collectivité.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le Centre, veuillez visiter son site Web à l'adresse Strategiesdesantementale.com.

Si vous avez d'autres questions, veuillez communiquer avec

Tim Oracheski
Directeur général, Relations avec les médias et le public
204 946-8961

Trouvez le Centre sur [Twitter](#), [LinkedIn](#), [Instagram](#) et [YouTube](#) (disponibles en anglais seulement).