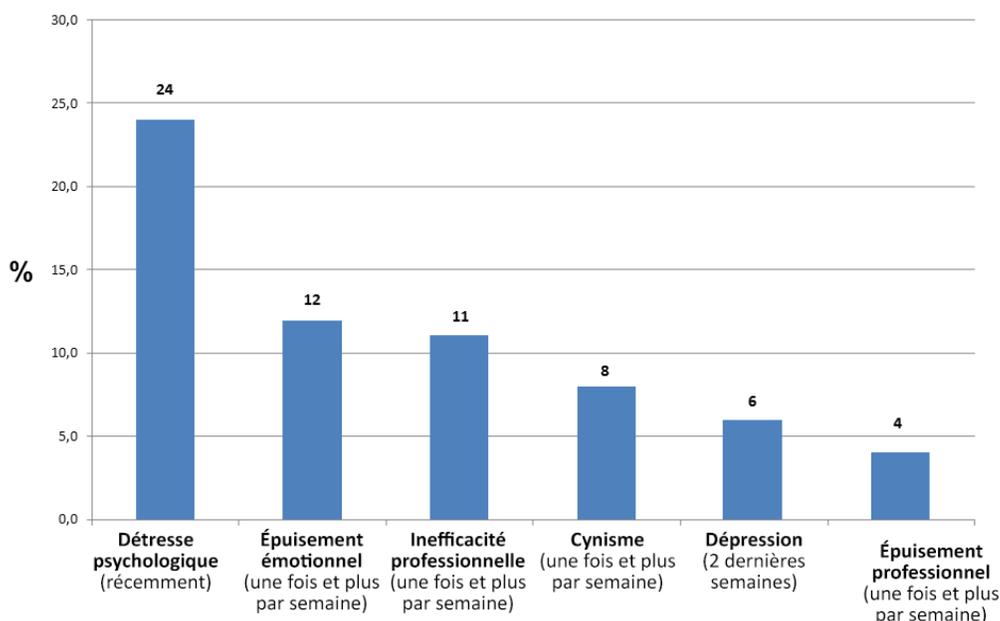


Principaux résultats de l'étude Marchand-Durand sur la santé mentale en milieu de travail

Cette étude est la plus importante au Canada à évaluer les facteurs de risques de santé mentale en milieu de travail.

C'est également la première étude à comparer les résultats de questionnaires comportementaux à des mesures physiologiques au sein de la population active.

- Près d'un employé sur 4 interrogés (24 %) rapporte un épisode récent de détresse psychologique.
- 11 % des travailleurs indiquent être inefficaces au travail au moins une fois par semaine.



- Une vaste combinaison de facteurs tant professionnels que personnels peut contribuer au développement de la maladie mentale chez un individu. Néanmoins, ces facteurs ont un impact différent sur des maladies particulières :
 - L'insécurité d'emploi, des relations difficiles au sein d'un couple ou avec les enfants et une conciliation travail-famille ardue figurent parmi les facteurs contribuant le plus à la détresse psychologique.
 - Les mêmes facteurs au plan personnel sont aussi des déclencheurs potentiels de la dépression chez les travailleurs.
 - Le niveau de demande psychologique lié au poste, les conflits en milieu de travail et l'insécurité d'emploi s'avèrent être des facteurs clés susceptibles de contribuer à l'épuisement professionnel.
 - Une supervision abusive est un facteur majeur pouvant contribuer tant à la détresse psychologique, à la dépression qu'à l'épuisement professionnel.
 - Vivre en couple réduit les risques de développer l'une de ces trois maladies mentales.
- Les pratiques de gestion les plus efficaces pour lutter contre le stress chez les travailleurs sont la réduction des heures travaillées pendant la semaine, une diminution du temps supplémentaire et la participation des employés au processus décisionnel.
- Les personnes qui sont au début ou au sommet de leur vie active sont parmi les plus lourdement touchées par les troubles mentaux et les maladies mentales.

Renseignements

Geoffrey King
Standard Life
514-499-7999, poste 8150
geoffrey.king@standardlife.ca

Sébastien Fassier
Le Cabinet de relations publiques NATIONAL
Bur. 514-843-2311
Cell. 514-554-0586
sfassier@national.ca